

# おうちde フライパンで 焼きおにぎり

荒川区ひろば館



**基本の材料**

ごはん

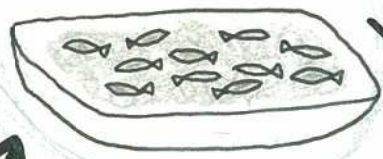
しょうゆ あちやんろばいり **大さじ2**

油 あがら **少々**

①

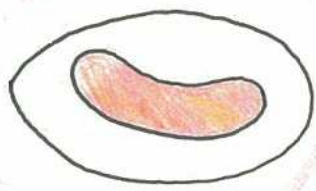
ごはんとしょうゆを  
まぜあわせる

アレンジ1  
じゃこを入れる



2

アレンジ2  
たらこを入れる



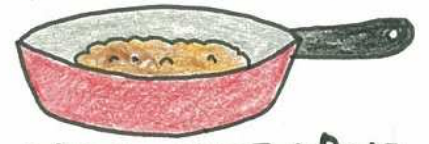
2

アレンジ3  
ツナとマヨネーズを  
入れる

油をひいたフライパンに  
ごはんを半分だけ丸くひろげる



油をひいたフライパンに  
ごはんを丸くひろげて  
両面をやく



アレンジ1

カリカリじゃこの  
焼きおにぎり



アレンジ2

フキフキたらこの  
焼きおにぎり



アレンジ3

子どもに人気ツナマヨ  
焼きおにぎり



アレンジ4

とろけるチーズのせ  
その上にのりのごはんを  
丸くひろげてのせる。両面をやく

アレンジ4

とろ〜りチーズの  
焼きおにぎり

