

わかめごはんの雑炊

材料

備蓄入れ替えのわかめごはん、水、たまご、大根の葉、カブの葉、ネギなど

- ① わかめごはんを調理方法とおりにご飯にする。
- ② ①のわかめごはんを土鍋に入れ水と具になる野菜等を加えて炊く。
- ③ 味を調え、溶き卵を加える。

