

優秀作品

献立名	ブロッコリーライス
出品者	Broccoli 大好き
材料	<ul style="list-style-type: none">・ブロッコリー・お米・ケチャップ・ハム・塩・こしょう
作り方	<ul style="list-style-type: none">・ゆでたブロッコリーのしんと、ハムをこまかく切る。・フライパンにサラダ油をしいて温め、たいたごはんとゆでたブロッコリーのしんと、ハムをいっしょにしていためる。・いためたごはんにケチャップと塩こしょうで味つけをして完成。・おこのみでブロッコリーとのりでかざりつけ