

料理名 うまいつ茶！

地元野菜をつめこんだ！おにぎらず！

アピールポイント：

1口食べると、山口県の食材が口いっぱいを感じられ、幸せな気持ちになります。



【材料】

- ・たまご ・ねぎ ・牛肉 ・人参 ・レタス ・のり ・チーズ
- ・瓦そば ・白ごはん ・山口茶 ・塩 ・砂糖 ・めんつゆ

作り方

- ①ねぎ2束を小口切りにし、たまご2個に加え、砂糖、塩で味付けし、たまご焼きを作る。
- ②肉にめんつゆ、砂糖等の調味料を入れて炒め、味を染み込ませる。
- ③フライパンに残った調味料で3cm幅に切ったねぎを軽く炒める。
- ④人参を千切りにし、電子レンジで2分加熱する。
- ⑤瓦そばに水大さじ1を入れ、炒めほぐし、瓦そばのつゆを入れ、味を染み込ませる。
- ⑥白ごはん、山口茶粉と塩をふり、軽くまぜ、のりにごはんをのせ、レタス、マヨネーズ、肉、ねぎ、にんじん、チーズ、瓦そば、たまご焼きの順番に具材を重ね、のりで包み、2等分する。