

どん ざいりょう ひとりぶん
ロコモコ丼の材料(一人分)

- ♪ あ び にく ぐらむ
合い挽き肉 80 g
- ♪ もと おお ぐらむ
ハンバーグの素(大さじ2) 14 g
- ♪ 水 50cc
- ♪ はん
パックご飯 1パック
- ♪ たまご こ
卵 1個
- ♪ ミニトマト こ
3~5個
- ♪ ぐらむ ひとつか
ベビーリーフ 5 g (一掴み)
- ♪ まい
レタス 1枚

ちょうみりょう
調味料

おお
ケチャップ(大さじ2)

おお
ウスターソース(大さじ1)

おお
マヨネーズ(大さじ1)

さとう こ
砂糖(小さじ1)