

RECIPE



5月4日（月） 10:30～12:30

いろはのおやごどん

ざいりょう

- | | |
|----------|-------|
| • とりむねにく | 1.5kg |
| • たまねぎ | 4こ |
| • たまご | 1パック |
| • にものたれ | おこのみ |
| • おこめ | 12ごう |



01

たまねぎとりにくを
きります



02

フライパンににものたれ、
とりにくとたまねぎをいれます



03

ひがとおったら、ボウルにたまごを
わり、ときます



04

たまごをながしこみます



05

ごはんのうえにのせます



06

かんせい！

