

# Sausage



家族みんなで  
ほかほか  
夕ごはん！

カロリー総量 351kcal  
塩分 1.2g  
(1人分)

## ソーセージのたきこみごはん

材料	フランクフルト	180g (5本)	チキンコンソメ	1個
[4~5人分]	米	2合 (300g)	ベビーリーフ&レタス	適量
	じゃがいも	中1個 (120g)	トマトケチャップ	適量
	玉ねぎ	中1/5個 (40g)	パセリ	少々
	スイートコーン (缶詰)	30g	塩	少々

### 作り方

- ① といだ米を炊飯器に入れる。2合の目もりまで水を入れ、30分以上おく。
- ② じゃがいもの皮をむき、1cm角に切る。玉ねぎはみじん切りにする。
- ③ 洋風スープの素を、手でくだいて入れる。
- ④ じゃがいも、玉ねぎ、スイートコーンを、米の上にのせる。
- ⑤ フランクフルトをのせる。ふつう通りの炊き方でスイッチを入れよう。
- ⑥ 炊き上がったら、フランクフルトを取り出してまぜ合わせる。  
器に盛り、好みでケチャップをかけて完成。