

朝食にも  
ぴったり!

# Sausage

あっという間に  
できる  
時短レシピ



カロリー総量 323kcal  
塩分 3.5g  
(1人分)

## ウイナーのお手軽雑炊

### 材 料

[2人分]

ソーセージ ..... 2本  
しいたけ ..... 2枚  
しめじ ..... 20g  
しょうが ..... ひとかけ  
水 ..... 300ml  
鶏ガラスープの素(顆粒) ... 大さじ1  
酒 ..... 大さじ1/2

オイスターソース ..... 小さじ1  
しょうゆ ..... 大さじ1/2  
ご飯 ..... 250g  
卵 ..... 1/2個  
塩、こしょう ..... 各適宜  
万能ねぎ ..... 適宜

### 作り方

- しいたけ2枚は薄切りにし、しめじ20gは小房に分ける。ソーセージ2本は小口切り、しょうがひとかけはせん切りにする。
- 鍋に水300ml、鶏ガラスープの素(顆粒)大さじ1、酒大さじ1/2、オイスターソース小さじ1、しょうゆ大さじ1/2を入れて火にかけ、煮立ったら①を加えて弱火にし、5~6分煮る。
- 温かいご飯250gを加えてひと煮立ちしたら溶き卵1/2個分を回しかけ、塩、こしょう各適宜で調味し、器に盛って万能ねぎの小口切りを散らす。