



作り方

1. 温かいごはんをめんつゆを混ぜ、1個約80gのおにぎりを4個作り、粗熱を取る。
(おにぎりをくずれにくくするため)
2. **1**を波皿にのせ、「メニュー」の「**手動グリル**」「**中**」を選び、「**スタート**」ボタンを押し、様子を見ながら約17～22分焼く。

メニュー

手動グリル

火力の目安
中

使用付属品



波皿

材料（4個分）

温かいごはん	320g
めんつゆ	適量