



## 作りかた

1. 水にくぐらせたもち1切れ（約50g）を皿にのせ、割りしょうゆ、または生しょうゆを少々かける。
2. ①をテーブルプレートの中央に置き **レンジ** **600W** **約1分** で加熱する。すぐにのりを巻く

手動

レンジ

600W

加熱：約1分

使用付属品



テーブルプレート

カロリー

126kcal

塩分

1.7g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。

材料

1個分

もち

1切れ(約50g)

割りしょうゆまたは生しょうゆ

少々

海苔

1枚