

さい ゆう しゅう しょう  
最優秀賞

# ぎゅう 牛ねぎまきごはん

こん どう りん か  
近藤鈴佳 佐賀県 小2

てい がく ねん ぶ  
低学年の部



## つく かつ 〈作り方〉

- 1 牛薄切り肉に塩・コショウをして焼く。肉に火が通ったら、焼き肉のたれとかつおだしで味をととのえる。
- 2 ネギの青い部分2本分をゆがく。
- 3 オクラはさっとゆがき、輪切りにする。
- 4 ごはんにゴマ塩をふり、丸くにぎる。
- 5 4に1を巻いて、2で十字形に結び、3を飾りつける。

びーあーる

## PR したいこと

ぎゅうにく や にく  
牛肉と焼き肉のたれとごはんの相性がバツグン！！  
オクラの食感がコリコリしていておいしいです。