



## さんまのかば焼き丼

エネルギー / 460kcal 1人分  
調理時間 / 10分

<材料 2人分>

さんまのかば焼き (缶詰)  
1缶 100g  
卵.....2個  
キムチ.....適量  
青ねぎ.....適量

<作り方>

- ①さんまのかば焼きを缶汁ごと鍋で軽く煮る。溶き卵を回し入れ、半熟に火を通す
- ②丼にご飯を盛り、①をのせ、ねぎをのせる。キムチをのせる。