



ピルトインコンロ
Rinnai DELICIAで
作る!!

コロんとした形がかわいい！ ライスボール

食べごたえ満点の一品です。

材料 (4人分)

調理時間20分
カロリー-1人分264kcal

(A)

- ごはん 250g
- ベーコン 2枚
- 粉チーズ 20g
- 粗挽き黒コショウ 少々
- ケチャップ 大さじ2

(B)

- パン粉 50g
- パセリ(みじん切り) 大さじ1
- 小麦粉 大さじ4
- 溶き卵 1個分

作り方

- ① Aはベーコンを1cm角に切り、ボウルに入れて混ぜ合わせる。8等分にし、円盤型にする。
- ② ①に小麦粉、溶き卵、Bの順に衣をつける。ココットに並べ、蓋をしてグリルに入れる。
- ③ ココットを選択し、タイマーを10分に設定して点火する。
- ④ 好みでパセリのみじん切り(分量外)を散らす。