

ネバネバ納豆ピピンパ丼



1人分

ごはん 1人分
納豆 1パック
天かす 大さじ2
コチュジャン 大さじ1/2~1
にんじん 25g
ごま、塩、ごま油 各少々
めかぶ 50g
ひきにく 50g
にんにく・しょうが 各1/3かけくらい
しょうゆ 小さじ1/2
砂糖 ひとつまみ
黄身 1個
青ネギ 適量
ごま油 適量

- 1) みじん切りにしたにんにく、しょうが、ひき肉をいため砂糖としょうゆで味付けしそぼろを作る。
- 2) にんじんは千切りしてレンジでしんなりするまで加熱、ごま油、塩、ごま少々を混ぜておく。
- 3) ごはんに天かすを混ぜ、納豆、にんじん、めかぶ、そぼろ、適当にきった青ネギ、黄身、コチュジャンを乗せる。