

材料

鮭切り身(味付き)
卵
藍生葉
ケチャップ

作り方

1. 鮭をフライパンで焼き、一口大にほぐす
2. フライパンに、ほぐした卵・藍生葉・1を入れて炒める
3. 皿に盛り付けてケチャップをかける

鮭と藍の卵炒め

