

具だくさんいなり



材料（10個分）

① CO・OPひじきドライパック	1缶（パウチの場合は2袋）
① CO・OP素材そのまま シーチキンマイルド オイル無添加	1缶
① CO・OPシャキッとコーン〔水気を切る〕	1缶
① ご飯	400g
① CO・OP純米酢	大さじ3
① CO・OPふっくら味付いなりあげの汁	1袋分
CO・OPふっくら味付いなりあげ	1袋

作り方

- ① ボウルにAを入れて混ぜ、10等分にする。
- ② いなりあげに①を詰める。