



材料(1人前)

ご飯	120g
ほうれん草(冷凍)	10g
カニカマ(手でほぐす)	1個
たまごスープ(インスタント)	1個
小ネギ(冷凍)	適量
いりごま	適量

お湯を注ぐだけ！ インスタント卵クッパ

作り方

1. お碗にご飯を盛り、材料を全て入れてお湯を注げば完成！

ポイント💡

ご飯の代わりにコンビニのおにぎりを入れれば豪華に！

キムチなどを入れても👍