

# < 배식안밥 >

- 냄비에 기름 넉넉히 두르고 쌀 3컵 넣어 먼저 익힌다
- 익스기에 토마토 3개 썰고, 양파 반개, 마늘 조금 썰어 익힌다.  
(2쪽)
- 익스기에다 키친쿠브 2개 넣고 다시 익스기에 간다.
- 냄비에 있는 쌀에 익스한거 붓는다.
- 익스기에 물 1컵반정도 부어 냄비에 다시 붓는다.
- 2중. 3중 넣고 약한불에 뜸들인다 (물없으면 갈아낸다).

