

5/2 (水) おかずに肴にヌタ・スプタ！ (オイさん)

(材料2人分)

豚もも肉(塊)：150g

A {
 たまご：1個
 水：大さじ2
 片栗粉：大さじ1
 塩：少々
 ウイスキー：小さじ1/2

(ヌタ)

B {
 みそ：15g
 砂糖：10g
 ゴマペースト：10g
 酢：10g
 濃口醤油：少々
 からし：少々

(付け合せ)

生ワカメ(塩わかめ)：少々

白髪ねぎ：少々

- ① ビニール袋に A を入れて混ぜ合わせておく。豚肉はさいころ状に切って、Aが入ったビニール袋に入れ20回もむ。
- ② ①の豚肉を180℃の油でカラッと揚げる。
- ③ ボウルに B を混ぜ合わせヌタを作る。
- ④ ワカメは生なら湯通しして、塩ワカメなら水洗いして、食べやすい大きさに切る。
- ⑤ ③に②の豚肉を入れて絡め、器に盛って、④のワカメと白髪ねぎを添える。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター(3階と地下1階)に置いています。
 また<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。