



## 7/17 (火) なんちゃって鰻丼

(材料)

すり身：1パック

焼き海苔：全形 1/2 枚程度

片栗粉：適量

うなぎ蒲焼のタレ（市販のもの）：適量

サラダ油：適量

- ① 海苔をうなぎの皮に見立てて、程よいサイズにカット。
- ② 海苔の上にえびのすり身をのせる。
- ③ フォークで押し付けるようにして模様をつけ、すり身を乗せた側に片栗粉を振る。
- ④ フライパンに油を熱し、海苔の方を先に下にして両面こんがり焼く。
- ⑤ 火を止めてタレを入れ、絡める。
- ⑥ 丼にご飯をよそい、お好みで更にタレをかけて完成。

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。