



11/13 (火)

焼き納豆どん

(材料)

納豆：1パック
おくら：1～2本
片栗粉：大さじ1
たまご：1個
サラダ油：適量

- ① おくらは輪切りにし、納豆、片栗粉と一緒に混ぜておく。
- ② フライパンに多めの油を熱し、①を中央を空けて広げ焼く。
- ③ 中央にたまごを落とし、少し水を入れて蓋をし、好みの固さになるまで火を通す。

その他、とろけるチーズやキムチなどお好みで

ご飯にのせても、おつまみにも！

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。