



2/5 (火) おうちでもランタングルメ～トースター春巻き

(材料4本分)

春巻きの皮：2枚

もやし1/4袋

スライスハム：2枚

にら：適量

スライスチーズ：1枚

焼き肉のたれ：小さじ1

サラダ油：適量

- ① もやしとスライスハムとにらは細切りにする。
- ② ①に焼き肉のたれを絡めておく。
- ③ 春巻きの皮を半分に切り、具をのせる面にサラダ油を塗る。
- ④ チーズ、②を縦長にのせてくるくる巻く。
- ⑤ 巻き終わりを下にしてトースターで焼く。

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）に置いてあります。
また<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。