



2020年

you  
me  
食材提供



## 1/8 (水) 洋風揚げだしあられ餅 (YUMIKOさん)

(材料2人分)

餅：120g

小かぶ(葉付)：1個

オリーブオイル：大さじ1

A { 水：300ml

チョコレート京風仕立て白だし：大さじ2

オリーブの実：10粒

ミニトマト：6個

- ① 餅は食べやすい大きさに割り、たっぷりの油でカリッとなるまで揚げる。
- ② オリーブの実は粗く刻んで、ミニトマトは8等分ほどの大きさに切る。かぶは皮をむいて、5mm角に切り、かぶの葉も刻んでおく。
- ③ 鍋にオリーブオイルを熱し、②のかぶを5分ほど炒めて、かぶに火が通ったら、①のかぶの葉も加えてサッと炒めAを加えて、ひと煮立ちさせる。
- ④ ③の鍋に②のオリーブを入れ、軽く混ぜる。
- ⑤ 器に①を盛り、ミニトマトをのせて、周りに④のオリーブつゆを回しかける。

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。