



1/14 (火)

サクサクえのき&フライド大根

(材料)

えのき：1束

A { 醤油：大さじ1

酒：大さじ1

おろししょうが(チューブ) 1~2cm

片栗粉：適量

サラダ油：適量

おでんの大根：適量

- ① えのきは石づきをとり、ばらばらにならないように小分けにする。
- ② バットなどにAを混ぜて①を入れて下味をつける。
- ③ えのきがしんなりしたら取り出して片栗粉をまぶす。
- ④ フライパンに多めの油を熱し、③を揚げ焼きにする。
- ⑤ 両面きつね色になったら完成。

おでんの大根は 1/4 くらいの食べやすい大きさに切り、片栗粉を軽くまぶして同じように揚げ焼きにする。

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。