



4/22 (水)

無限にんじんしりしり

(材料)

にんじん
ツナ缶
マスタード
おろしにんにく
レモン汁
塩こしょう

- ① にんじんは包丁かスライサーで千切りにし、レンジで1~2分加熱する。
- ② ボウルにツナ缶を油ごと入れ、おろしにんにく、マスタード、レモン汁を入れて混ぜる。
- ③ ②のボウルに①を加えて混ぜ合わせ、味が足りなければ、塩こしょうで調える。

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