



5/20 (水)

ぴりぴりこんにゃく

(材料)

板こんにゃく：1枚

麺つゆ：少々

酒：少々

カレー粉、七味、ブラックペッパー、など

- ① 板こんにゃくは食べやすい大きさに手でちぎる。
- ② フライパンを熱し①を乾煎りする。
- ③ 麺つゆと酒を振り入れ、好みのぴりぴりスパイスを足す。
- ④ 絡めるように炒めて完成。

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、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。