



10/20 (火)

## かんぼこと白菜のみそマヨ炒め

(材料)

かんぼこ (お好きなもので)

白菜

味噌：大さじ 1

マヨネーズ：大さじ 1~2

和風顆粒だし：少々

ねぎ (小口切り)：適量

- ① あらかじめ味噌とマヨネーズを合わせておく。
- ② かんぼこと白菜は食べやすい大きさに切っておく。
- ③ フライパンを熱し、先にみそマヨを入れて香ばしさを出す。
- ④ ②と顆粒だしを加えて炒める。
- ⑤ 器に盛って、ねぎの小口切りを散らす。

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。