



11/11 (水) 納豆すりみ揚げ

(材料)

納豆：1パック

イワシのすり身：100g

韓国のり：適量

小麦粉：小さじ2程度

- ① ボウルにいわしのすりみと小麦粉を入れ、よく練る。
- ② 納豆と付属のタレを加えて更に練り合わせる。
- ③ 韓国のりに乗せて巻く。挟むようにしても良い。
- ④ 170～180℃の油で揚げる。

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、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。