



1/20(水) シャキシヤキじゃがいものゆかり炒め

(材料)

じゃがいも

ゆかり (ふりかけ)

ごま油

大葉 (千切り)

- ① じゃがいもは細切りにして水にさらし、ざるにあける。
- ② フライパンにごま油を熱し、水気を拭いた①を入れる。
- ③ シャキシヤキ感を残すように強火でさっと炒める。
- ④ 最後にゆかりを入れてひと混ぜし、皿に盛って大葉を散らす。

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。