



6/24 (木) 変わり焼きおにぎり (ゆき さん)

(材料2人分)

A { たまご：2個
牛乳：大さじ2
中嶋屋本店「かつお昆布ふりかけ」：20g
ごはん：180g
サラダ油：大さじ1

B { 中嶋屋本店「かつお昆布ふりかけ」：10g
水：80ml
薄口醤油：少々

(水溶き片栗粉)

C { 片栗粉：適量
水：適量

(トッピング)

大葉：4枚

いりごま：適量

- ① たまごは溶いておく。ボウルに A を混ぜ合わせる。
- ② フライパンにサラダ油を入れて、①を半分加え、木べら2本で少し炒めるように混ぜ合わせて中央に寄せながら形を整え、蓋をして表面がこんがりとなるまで両面焼く。残りも同様に焼く。
- ③ 鍋に B を入れて、火にかけ、軽く煮立たせたら、C の水溶き片栗粉で入れとろみをつける。
- ④ 大葉は水にさらして、水気を切り、細切りにする。器に②の焼きおにぎりを1個盛り、③を半分かけて、大葉、いりごまを飾る。同様にもう一皿作る。

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。
NBC アプリまたは<インターネット>をでもご覧になれます。