



## 9/29(水) おおくらハトシ

(材料)

- |              |                                  |
|--------------|----------------------------------|
| 海老           | ① 海老は細かく叩く。玉ねぎはみじん切りにする。         |
| すり身(えび、甘鯛など) | ② ボウルにすり身、①、豚ひき肉を入れて練る。          |
| 豚ひき肉         | ③ サンドイッチ用のパンに②を塗り、チーズを挟んで重ね合わせる。 |
| 玉ねぎ          | ④ 170~180℃に熱した油でこんがり揚げる。         |
| チーズ          | ⑤ 揚がったら切り分けて、辛子を添える。             |
| サンドイッチ用パン    |                                  |
| サラダ油         |                                  |
| 辛子           |                                  |
| (飾り用)        |                                  |
| 葉野菜、ミニトマトなど  |                                  |

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)に置いてあります。