



12/1(水) 牛すじ・かぶ・厚揚げのねぎだく煮

(材料)

丸協食産「牛すじのとろとろ煮」

厚揚げ

かぶ

長ねぎ (小ねぎ)

七味

水

- ① 鍋に水と「牛すじのとろとろ煮」と食べやすい大きさに切った厚揚げを入れて温める。
- ② かぶはくし切りにして、葉は刻み、1分程度レンジで加熱する。
- ③ ②を鍋に入れ、温まったら器に盛り、小口切りにしたねぎを乗せる。
- ④ お好みで七味をかける。

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。