



2/8(火) くずし豆腐の卵とじ~優しい他人丼~

(材料)

豆腐

たまご

めんつゆ

和風だしの素

片栗粉

水

三つ葉

ごはん

- ① 鍋に湯を沸かし、めんつゆと顆粒だしを入れる。
- ② 豆腐は水気を切り、手でざっくりと崩し、片栗粉を振る。
- ③ ①の鍋に②を入れて軽く煮る。
- ④ 溶き卵を流し入れて、卵とじにする。
- ⑤ ご飯の上に盛り付けて、三つ葉を散らす。

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）に置いてあります。
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。