



2/13(火) 豚バラのスタミナスープ

(材料)

中嶋屋本店「うまかだし いりこ味」

豚バラ肉

キャベツ

玉ねぎ

にら

にんにく

醤油

塩

ごま油

鷹の爪

① だしパックは表示通りにひく。

② キャベツは食べやすい大きさに、玉ねぎは薄切り、にらは3cmほどに切る。にんにくはスライス。

③ 鍋にごま油を熱し、食べやすい大きさに切った豚肉を炒める。

④ だし、キャベツ、玉ねぎ、にんにく、鷹の爪を加えて煮る。

⑤ 火が通ったらにらを加え、醤油と塩で味を調える。

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。