

2025 年



9/23(火) 和風ハッシュドえのき



(材料)

中嶋屋本店

- かつお削り粉：小さじ1
- まぐろ削り粉：小さじ1
- 昆布微粉：小さじ 1/2

えのき：1 袋

片栗粉：小さじ1～2

溶けるチーズ：大さじ2～3

- ① えのきは石づきを取り、3 cmほどに切ってほぐす。
- ② ボウルに①、各削り粉、片栗粉、チーズを入れて混ぜる。
- ③ フライパンを熱し、②を落として両面焼く。

・オーブントースターで焼いてもOK

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。