



4/14(火)

春野菜の煮びたし



(材料)

中嶋屋本店「極旨香だし」：1 パック

水：500ml

油揚げ：1～2枚

うすくち醤油：大さじ1

キャベツ
スナップエンドウ
アスパラガス
新玉ねぎ
にんじん

- ① 鍋に出汁パックと水を入れ、沸騰したら中火で5分煮出す。
- ② 油揚げは細切り、にんじんは千切りにする。スナップエンドウは筋を取る。その他、春野菜はそれぞれ食べやすい大きさに切る。
- ③ ①の鍋からパックを取り出し、②とうすくち醤油を加えて煮る。
- ④ あまり煮すぎないように仕上げる。

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。