



6/24(水) 大葉たっぷり！豚こまとんかつ

(材料)

豚こま切れ肉：150g

大葉：10枚～

玉ねぎ：1/4玉

A { マヨネーズ：大さじ1～2
溶き卵：：1/2個分
塩こしょう：少々

パン粉：適量

サラダ油：適量

千切りキャベツ

① 玉ねぎは薄切り、大葉は手でちぎる。

② ボウルに豚肉、①、Aを入れて良く混ぜ、一口サイズ程度にまとめ、パン粉をまぶす。

③ 170℃程度の中温で揚げる。

④ 皿に千切りキャベツを敷き、揚げたらその上に盛り付ける。

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。