



7/8(水)

スタミナピピンパ

(材料)

たまらん堂「幸せの愛でたまご」2個

豚ひき肉：50g

ニラ：1/4束

おろしにんにく、しょうが：適量

焼肉のたれ：大さじ1

ごま油：大さじ1

ごはん

コチュジャン

韓国のみ

小ねぎ

ごま

- ① たまごは卵黄 1 個分を残して、残りは溶いておく。
- ② フライパンに油を熱し、豚ひき肉を入れて炒める。
- ③ おろしにんにく、しょうが、焼肉のたれを入れて混ぜ、脇に寄せ油を足して溶き卵を流す。
- ④ そぼろになるまで炒め、刻んだニラを加えてさっと混ぜる。
- ⑤ ごはんにコチュジャンを乗せ、上に④を乗せる。
- ⑥ 韓国のみをちぎってのせ、①の卵黄を中央に乗せて、小ねぎとごまを振って完成。

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。