



11/10(水) きのことハラミの塩焼きそば

(材料)

丸協食産「塩ハラミ焼き」

きのこ類 (エリンギ、しめじ、など)

長ねぎ

中華麺

塩

黒こしょう

ごま油

レモン

- ① きのこは石づきを取り、食べやすい大きさに切って割り、長ねぎは斜め薄切りにする。
- ② フライパンにごま油を熱し、ハラミをさっと炒め、①を加えて更に炒める。
- ③ 麺を加えてほぐすように炒める。
- ④ 湯を少量加えて蓋をし、蒸し焼きにする。
- ⑤ 塩で味を調え、黒こしょうを挽き、お好みでレモンを添える。

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）に置いてあります。