



8/29(火)

豚肉のねぎ塩レモン丼

(材料)

豚肉	① ボウルにカッコの材料を入れて混ぜておく。
生きくらげ	② 豚肉は食べやすい大きさに、玉ねぎは薄切りに、生きくらげは細切りにする。
玉ねぎ	③ フライパンにごま油を熱し、②とオイスターソースを入れ炒める。
おろしにんにく	④ 火が通ったら①のボウルに加えて和える。
おろししょうが	⑤ 丼にご飯をよそい、④を乗せ、白ごまを振る。
長ねぎ(みじん切り)	
レモン汁	
塩こしょう	
オイスターソース	
ごま油	
白ごま	
ごはん	

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。