

たまらん堂
たまらんクッキング
TAMARAN COOKING

5/22(水) しらすとレタスの卵とじ

(材料)

松本ポーター「幸せの愛でたまご」

しらす

レタス

韓国のみ

ごま油

A { マヨネーズ

オイスターソース

おろしにんにく、片栗粉

塩

① ボウルに卵を割って溶き、A を加えて混ぜておく。

② レタスは手でちぎる。しらすは香りが気になるなら熱湯を回しかけておく。

③ フライパンにごま油を熱し、②を加えて炒める。

④ 韓国のみをちぎって加える。

⑤ ①の卵液を流し、ざっくりと炒める。塩で味を調える。

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。