



7/9(火)

たまご豆腐の袋煮



(材料)

中嶋屋本店「百歳だし」：1 パック

たまご：1 個

豆腐：1/2 丁

油揚げ：4 枚

オクラ：2～3本

醤油：大さじ2

みりん：大さじ2

酒：大さじ1～2

塩：少々

うすくち醤油：小さじ1

水：500ml

① 鍋に出汁パックと水を入れ、沸騰したら中火で5分煮出す。

② ボウルにたまごを割り入れて溶き、豆腐を崩し入れて、①のだしと塩、うすくち醤油を加えて混ぜ合わせる。

③ 油揚げに切り込みを入れ、②を入れて楊子で口を閉じる。

④ オクラは塩で産毛を取り、がくをむく。

⑤ ①の鍋からパックを取り出し、酒、醤油、みりんを加えて③と④を入れ、落とし蓋をして7～8分ほど煮る。

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。