

H20年 3月29日 炊き込みごはん



生シイタケ ごぼうと人参は笹がき鶏肉（先に酒と塩で味をつけておく）1口大 やわらかく煮た大豆をお米と一緒に炊き込む。炊きあがったらゆでておいたインゲンを散らす。



残ったごぼうとにんじんをきんぴらにする。



味噌汁の煮干しを甘辛く煮つける。

