

平成 20 年 8 月 2 日



### さくらえびのニラたま

卵 4 個に桜エビ 5g は細かく切る。万能ネギ 1/4 把塩コショウ少々に砂糖小 1/2 を混ぜておく、

フライパンににんにくのみじん切り桜エビを 10g を炒め 卵を流し込み半熟状になったら大きくかき回してオイスタソース小 1 入れる。



### 枝豆と豆腐のくず煮

枝豆ゆでて薄皮もはずす。

ニンニクみじん切り豚バラ肉 200g 1cm に切る。

湯 3 カにチキン味の固形スープ 1 個を溶かして豆腐 2 丁(1 口大に)4-5 分煮る。片栗粉でとろみをつける。長ネギ 2 本小口切りで散らす。



枝豆の薄皮を取っています