

平成21年5月9日



切干大根の卵焼き

切干大根は戻してみじんぎりにし、卵 2 個を
にんにくとオリーブオイルで切干大根を入れて
炒める。卵 2 個で一人分を作る、



昆布巻き

こんぶは戻しておく
にんじんアスパラ こんにゃく ごぼうを太
めの千切りでこんぶの長さに切って、こん
ぶで巻いてかんぴょうで縛る。だし汁 みり
ん 醤油 砂糖で味付ける。



ごぼうが余ったの
できんぴらを作る

