

第60回 2014年4月22日(火)

たけのこ三昧、いただきます



簡単クッキング N060 たけのこ三昧。
2014年4月22日(火) いただきます

①ギョーザ

たけのこ、みょうろ、豚ミンチ
しょうが、しょうゆ、ごま油、卵
片栗粉、新玉ねぎしかり
あじせとキャベツの皮に
入れて焼く

④ 肉だんご

たけのこ、ねぎ、しょうが、
しょうゆ、ごま油、片栗粉、
卵でしかりあじせと
揚がましよう
豚肉ミンチもお忘れなく

② スイート春巻

エつまいも、りんご、たけのこ
スライスして、エつまいもとたけのこ
フライパンにバター、砂糖、カブ
で炒め、塩こしょうで味を付けて
春巻の皮で包んで揚げる

⑤ 春山菜

たけのこ、菜い、ごま油
湯がき、うびスライスし
て酢水につけておけ
梅干、砂糖、酢
サラダ油、みりん、調味料
かけこぼうぞ〜

③ つけもの

酢、白だししょうゆ、砂糖
に漬けて2日程は
OK!!

※塩味は神戸LBSのと
配合しているたけのこは
フックで煮、
湯がく時肉も30分程
でOK!!



①ギョーザ

たけのこ、みょうろ、豚ミンチ
しょうが、しょうゆ、ごま油、卵
片栗粉、新玉ねぎしかり
あじせとキャベツの皮に
入れて焼く



② スイート春巻

エつまいも、りんご、たけのこ
スライスして、エつまいもとたけのこ
フライパンにバター、砂糖、カブ
で炒め、塩こしょうで味を付けて
春巻の皮で包んで揚げる



③ つけもの

酢、白だししょうゆ、砂糖
に漬けて2日程は
OK!!



④ 肉だんご

たけのこ、ねぎ、しょうが、
しょうゆ、ごま油、片栗粉、
卵でしかりあじせと
揚がましよう
豚肉ミンチもお忘れなく



⑤ 春山菜

たけのこ、菜い、ごま油
湯がき、うびスライスし
て酢水につけておけ
梅干、砂糖、酢
サラダ油、みりん、調味料
かけこぼうぞ〜