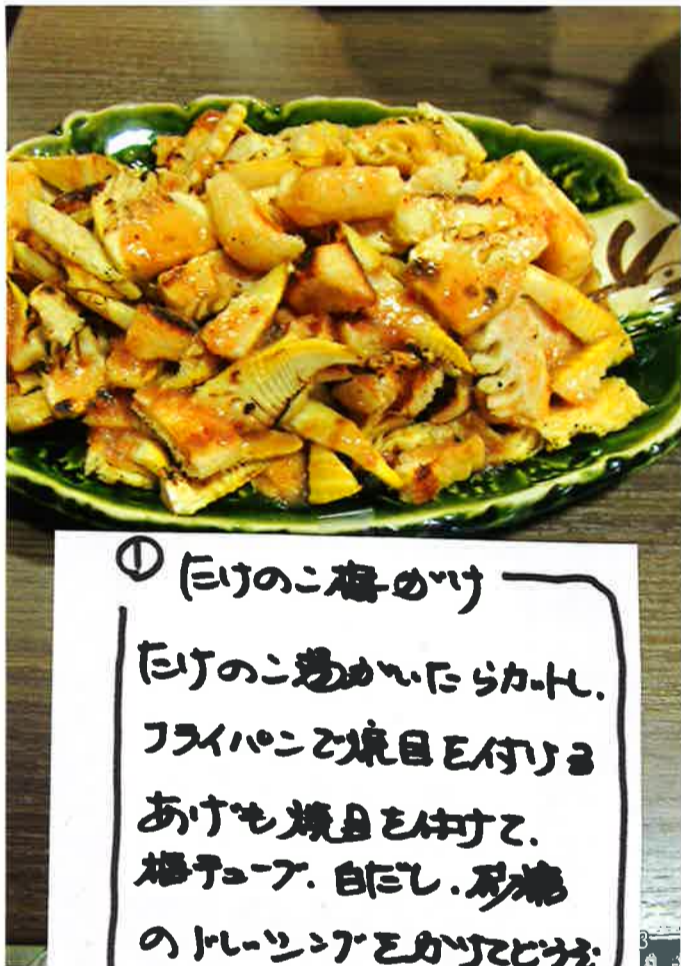


第62回 2014年5月13日(火)

「山菜」大集合!! どうして食べる?



① 肥後のこぼり  
肥後のこぼりからカット。  
フライパンで焼目を付けて  
あけも焼目を付けて。  
梅子ヨーグルト、白だし、砂糖  
のドレッシングをかけてどうぞ。



② セリのギョウザ  
セリのみみかり、豚肉うす切  
を混ぜて、ごま油、醤油、  
しょうゆ、片栗粉、カツおろし。  
ギョウザに作って焼いてね!



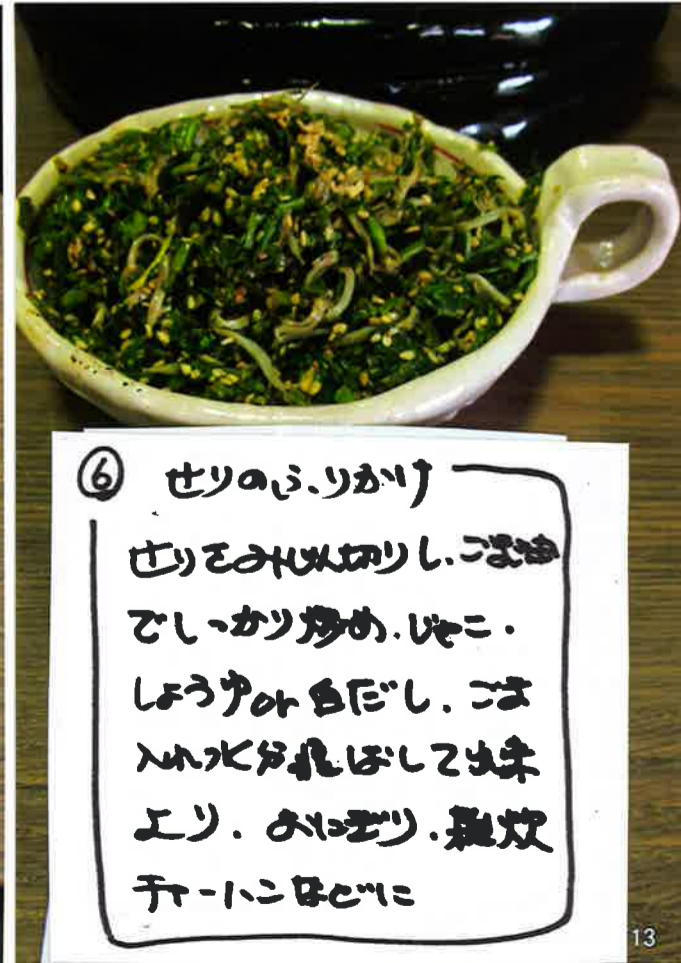
③ くらび漬  
くらびを重曹で湯かいてその  
まをゆき、白だし、酒、  
砂糖まぜて漬けてね。  
1~2日頃から美味しく  
いただけますよ!!  
※本日は1等から仕入ったものを  
いただきます。



④ セリのマヨネーズ  
セリのみみかり、マヨネーズ、  
ネギ、トマトはちみつ、  
のりをしかり盛、お好み  
のドレッシングをかけて



⑤ 山菜と豚肉の煮物  
山菜は塩でゆき、  
湯かいてゆき、カット。  
油でとろろ、肥後のこぼり、  
砂糖、しょうゆ、みりん、  
酒で味付けどうぞ。



⑥ セリのふりかけ  
セリのみみかりし、ごま油  
でしかり炒め、醤油、  
しょうゆ、白だし、ごま  
油、水はれぼして出来  
より、お好み、お好み  
のドレッシング