

第101回 2015年3月3日(火)

「キャベツ」まるっといただきます



① キャベツの味噌汁  
キャベツ、あげ、しいたけ  
だし汁に具入の味噌。  
お好みのお味付けで

2015/03/03



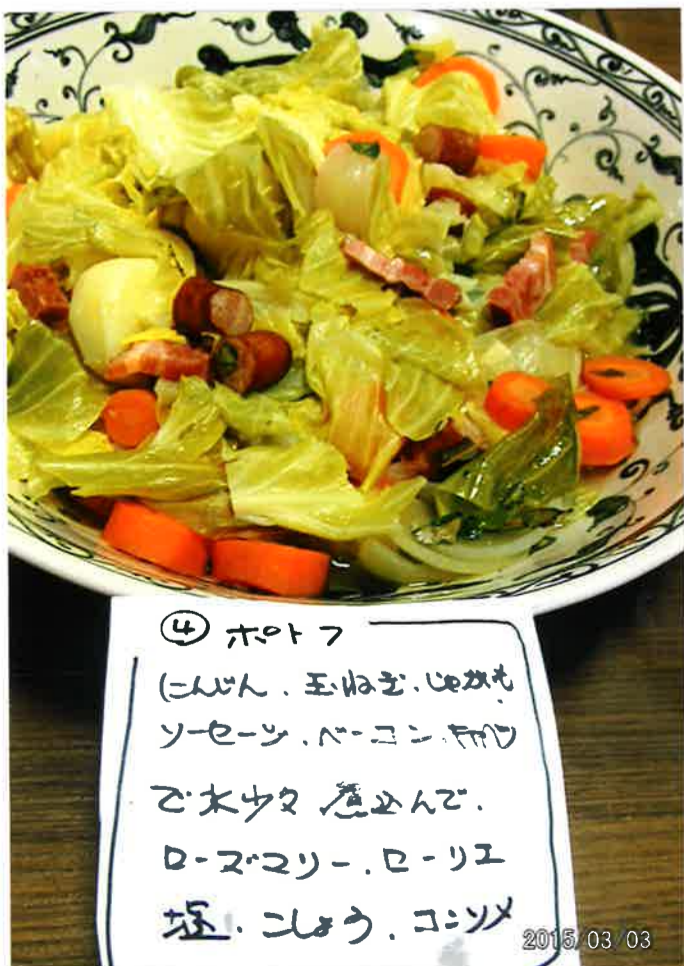
② 水餃子  
餃子用皮に包んで焼く。しょうゆ、ゆずこしょう、キャベツ、みじん切り、しょうが、片栗粉でとね。ごま油少々を絡せ。にじり、茹でて出来上り

2015/03/03



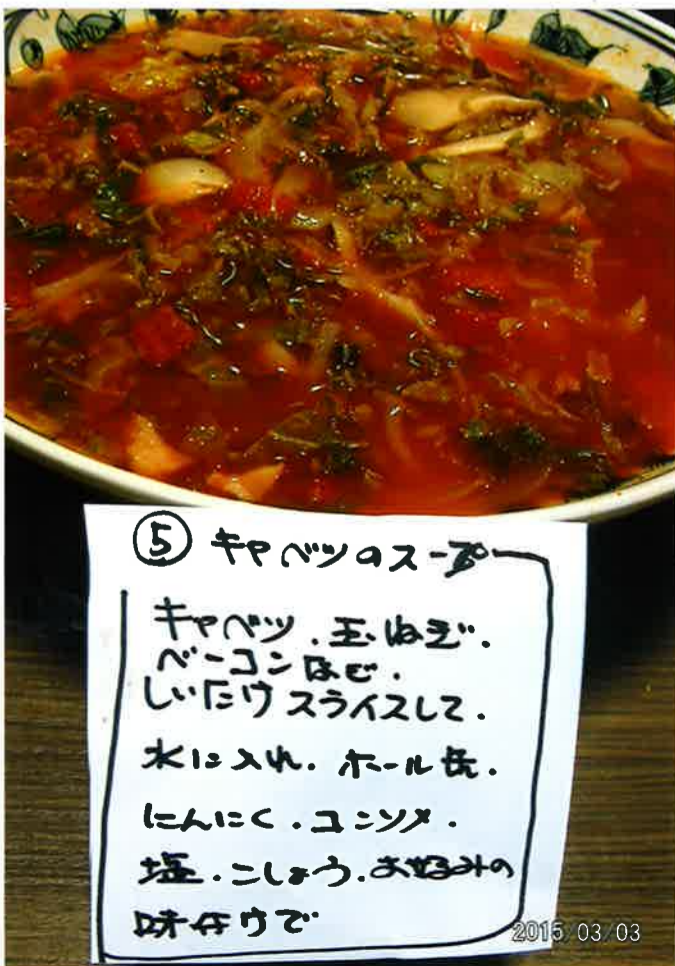
③ キャベツ漬  
キャベツ、にんにく細切り、きゅうりはとみじかの野菜を入れて、漬けるだけ。  
本日はつけの薬で盛り  
15分ほど

2015/03/03



④ ポテト  
にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、ソーセージ、ベーコン、マヨで水少々を混ぜ、ドレッシング、ローリエ、塩、こしょう、コンソメ

2015/03/03



⑤ キャベツのスープ  
キャベツ、玉ねぎ、ベーコン、しいたけスライスして、水は入れ、ホール粒、にんにく、コンソメ、塩、こしょう、お好みの味付けで

2015/03/03



⑥ 炒め野菜  
キャベツ、ねぎ、にんにく、カットし、豚肉、塩こしょう、炒めてしょうが、塩で味付け

2015/03/03