

おいしく♪ 楽しく♪

簡単クッキング

第151回 2016年4月12日(火)

「たまご」の味を くらべましょ～。



皆さま、こんにちは、
今日は「たまご」です。

講師は、
市村さます。

2016/04/12

↑ ①

↑ ②

↑ ③

↑ ④

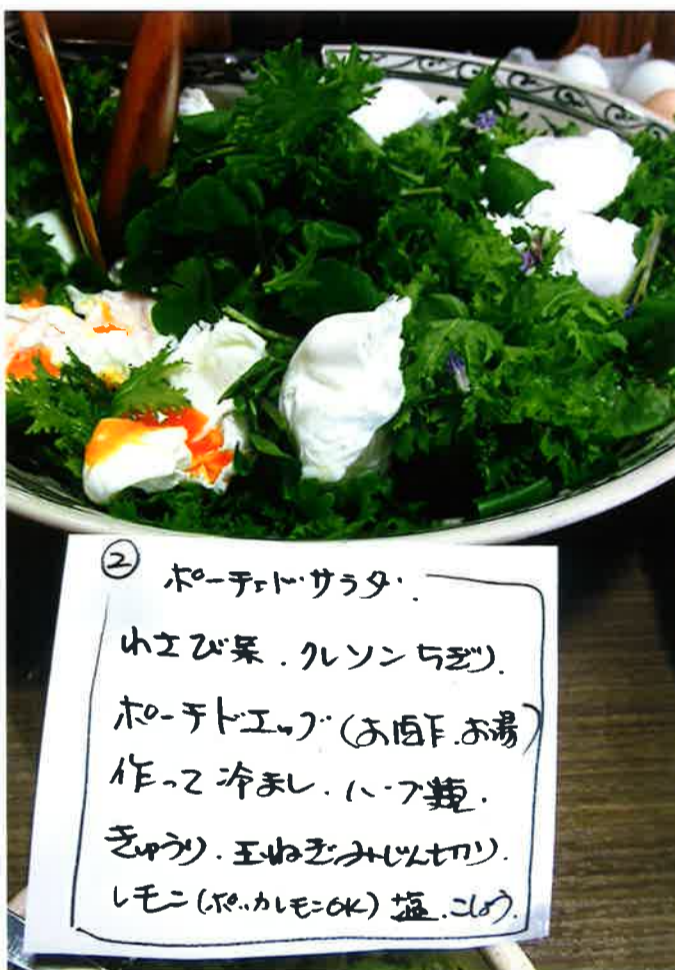
↑ ⑤

↑ ⑥



① 中華ドンブリ

ゆで、しょうが。(ニンニク炒め)
豆板筍、アスパラ、はちま
中華系、木、合はせ入して
作る。玉子は半熟で
みょう菜切り、ご飯にトッピング
たけのこ、念入る時お好みで



② ホーテトサラダ

ゆでたまご、クルソン(ゆで)、
ホーテトエッグ(お好みお湯)
作って冷まし、ハーブ類、
マヨネーズ、玉ねぎみじん切り、
レモン(お好みお湯) 塩、こしょう



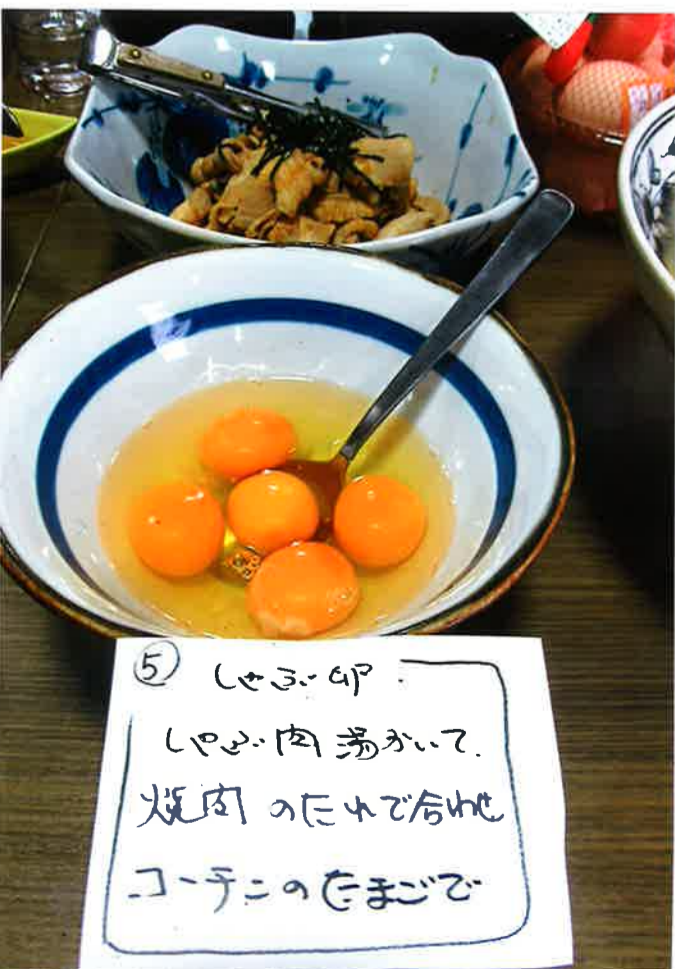
③ フレンチフランス

フランスパン半割、フレンチトースト
に焼いて、ホーテトサラダなど
お好みトッピング
玉子、牛乳、砂糖、お好みで



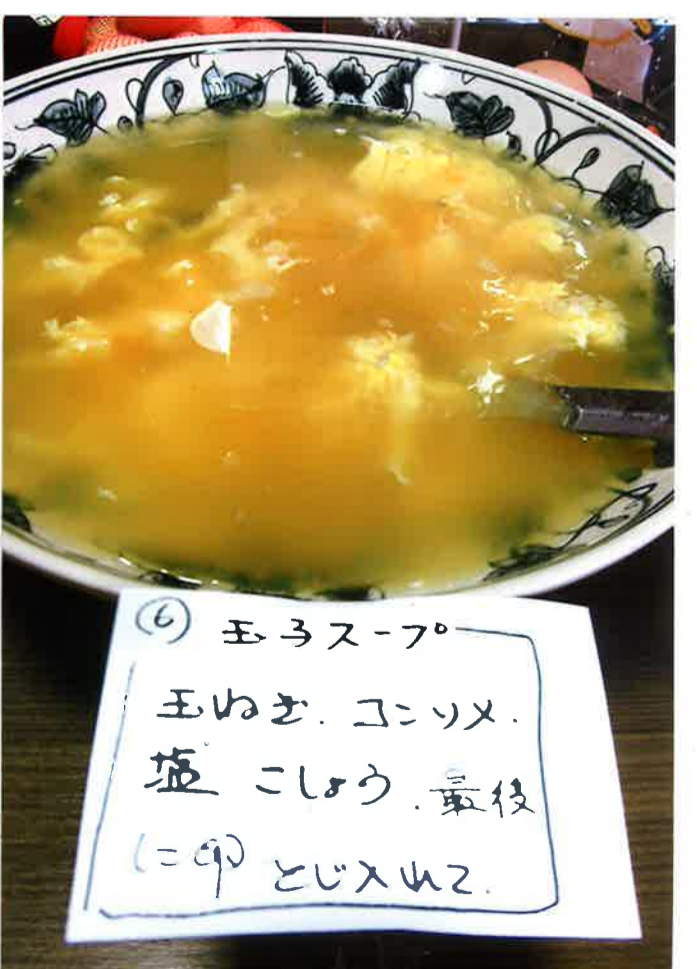
④ 玉子かけご飯

アローカサの玉子、
白だし、
ご飯



⑤ しじみ汁

しじみ肉湯がいて、
焼肉のたれで合味
コーチニのたまごで



⑥ 玉子スープ

玉ねぎ、コンソメ、
塩、こしょう、最後
(=卵) とじ入して