

# 簡単クッキング

第213回 2017年8月29日(火)

薬味は影の力持ち!!



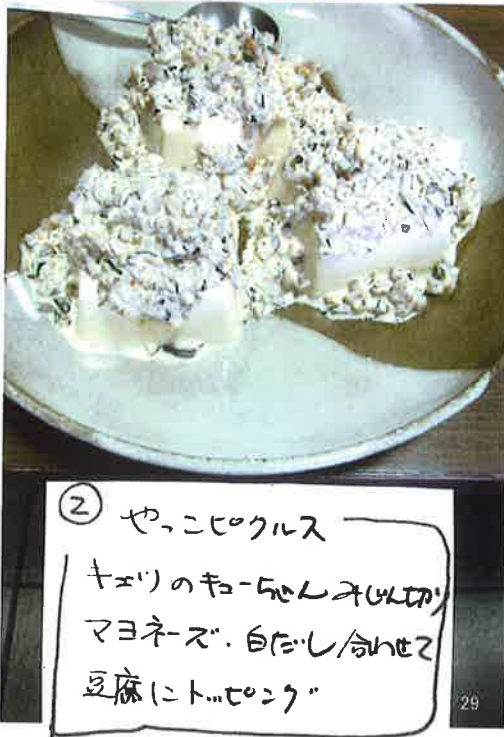
皆さま、こんにちは、  
本日は「薬味」です。

講師は、  
市村副駅長です。

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤



① のどしめか村  
みょうが、大葉、しょうが、  
かつおぶし、豆腐ほじ  
きんぴら野菜あん、白だし  
しょうゆ、みりん、合わせ  
こしょう (= トッピング)



② や、ニコクルス  
キエリのキエリとみじん切りに  
マヨネーズ、白だし、合わせ  
豆腐にトッピング



③ キーサーお好み  
豚肉、(小間おまじろ)  
(みじん切、ねぎ、(ほうろこ)  
お好み野菜で焼く  
玉子、水、焼く  
片栗粉、小麦粉、白だし、  
お好みのだしで焼く



④ モロヘイヤと豚肉  
モロヘイヤ、きんぴら、お好みの味付けで  
みょうが、しょうが、(みじん切) 薬味お好み  
きんぴら、白だし、厚揚げ、焼玉子、  
しょうゆ、みりん、合わせ、トッピング



⑤ なまこお好み  
なまこ、みじん切りに塩、ソーメ、お好みで出来上り  
しょうゆ、(みじん切) 薬味、  
塩、こしょう、合わせ、白だし、  
小麦粉、お好みの味付け

### おしゃべり簡単クッキング

- 8月1日 オクラの粘りをいただきます
- 8月8日 夏の薬物は、いかがでしょうか
- 8月22日 ゴーヤで夏を乗り切りましょう
- 8月29日 薬味は影の力持ち