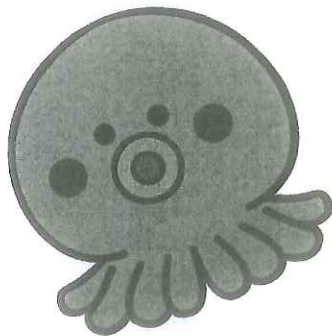


作品名 キトピロラタスケツ (行者にんにくあえもの)

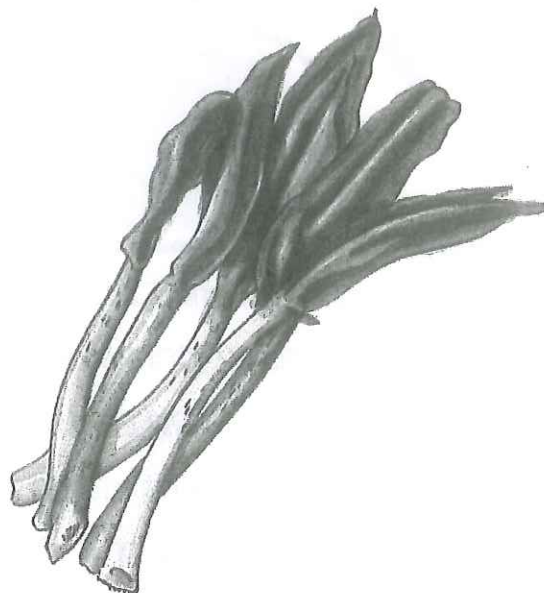


材料<10人前>

- 行者にんにく 100g
- 人参(小) 1本
- しょうが(中) 1個
- タコ(中) 2本
- めんつゆ 適量

作り方

- ① 行者にんにくをさっとポイルして2cmに切る
- ② 人参、しょうがは干切りにする
- ③ タコは水気を取り薄くスライスする
- ④ ①~③をボールに入れ合わせる
- ⑤ めんつゆを味を見ながら少しづつ味を整える



作品名 こんぶシト(団子)



材料<10人前>

- 昆布 10cm×4~5枚
- サラダ油 適量
- 醤油 適量
- 砂糖 適量
- 水 少々
- 白玉粉 1本

作り方

- ① 昆布を170度の油で揚げる
- ② キッチンペーパーで油をふきとる
- ③ 昆布をすり鉢で粉にする
- ④ 粉にした昆布に水と白玉粉を入れ味を整える
- ⑤ 白玉団子を作る
- ⑥ 昆布だれに入れます

