

～ 大分から花だより～

平成二十一年度

優秀賞

岩男敬子

【材料(4人分)】

乾しいたけ	8枚	
(A)	戻し汁	適量
	甘酒	大2
	醤油	大2と3分の2
	はちみつ	小1
小ねぎ	8本	
(B)	湯	100cc
	白だし	小1
	塩	少々
かにかま	1本	
(C)	卵	4個
	はんぺん	1枚
	戻し汁	大1
	白だし	大2
	砂糖	大3
	はちみつ・みりん	各大1
	淡口醤油	少々
	サラダ油	少々
(ごはん)		



調理方法

(1)	戻した乾しいたけは(A)で煮る。
(2)	小ねぎは湯通し、(B)に侵す。
(3)	(C)をミキサーにかける。
(4)	油をしいたフライパンに(3)を流し、途中(1)、(3)、かにかまをのせる。
(5)	火が通ったら巻き、冷めたら切り、器に盛る。(ごはんのにのせても良い)

