

# Cooking Salon Komori

今日のレシピ

## 1. いら豆腐



材料:

豆腐150g 鶏ひき肉100g 卵1個 葱2本  
人参1/3本 木耳10g

手順:

- 1.豆腐は水から入れ沸騰10分 木耳は戻し 野菜と一緒に微塵切り
- 2.油大1で野菜 肉を炒め肉の色が変わったら豆腐を加え 砂糖大4 酒大1 醤油大3を入れ味がなじんだら 溶き卵を入れしばらく煮る

## 2. 新玉葱土佐醤油

材料:

新玉葱2個 削り節 貝割れ

手順:

1. 玉葱は薄い半月切り水にさらす
2. 醤油大3 酢大2 コルザオイル小1/2 砂糖小1/2を合わせる
3. 1の水気を良く取り2で和えて 天盛りに削り節 回りに貝割れの湯通しを飾る



“Cooking Salon KOMORI”

Kamakura Green Mansions 101, 456-1 Ueki, Kamakura, Kanagawa, JAPAN (247-0073)

TEL / FAX : 0467-48-3303

# Cooking Salon Komori

今日のレシピ

## 3. 南瓜含め煮



材料:

南瓜600g 砂糖大3 醤油大3 塩

手順:

1. 南瓜は食べやすい大きさに切り面取りしておく
2. 鍋に水200cc 砂糖 醤油 塩を入れ 皮を下にして強火 煮立ったら弱火にして落とし蓋 ゆくり煮含める

## 4. 鰯生姜煮

材料:

鰯8尾 しょうが40g

手順:

1. 鰯は鱗を取り 内蔵を出し水洗い水気を取る
2. 鍋にきょうぎを敷いて水200cc 砂糖大4.5 醤油大4 酒大1 味醂大1を入れ一煮立ちしたら 鰯を入れしょうがの薄切りを入れ落とし蓋をして煮る



*"Cooking Salon KOMORI"*

*Kamakura Green Mansions 101, 456-1 Ueki, Kamakura, Kanagawa, JAPAN (247-0073)*

*TEL / FAX : 0467-48-3303*