

長野はらからの小揚げを使った きつね茶わんむしと小揚げのねぎチーズ焼き

きつね茶わんむし(2~3人前)

材料

A { はらから小揚げ1袋(2枚入り)
にんじん 1/2本(せんぎり)
しいたけ 4コ(スライス)
えのき 1/2袋

たまご 4個

B { つゆの素 50cc
砂糖 10g
みりん 大さじ2杯
塩 小さじ1杯
水 200cc



小揚げを半分にして湯どうししておく



フライパンに、Bを入れて中火にかける



ボールに、たまごとAの食材を混ぜる



混ぜた食材につゆの素を大さじ2杯入れる



つゆの素の入った食材を、小揚げに入れ、口を楊枝で閉じる



出来上がった小揚げを、Bの入ったフライパンに入れる



沸騰したら、余ったAの具材をフライパン空いている所に入れる

小揚げのねぎチーズ焼き(2~3人前)

はらからの小揚げ(2枚入り)を半分にする



ねぎ1本(スライスしたもの)と、とろけるチーズ混ぜ小揚げに入れる



油で焼く(裏・表焼く)



盛り付けて完成