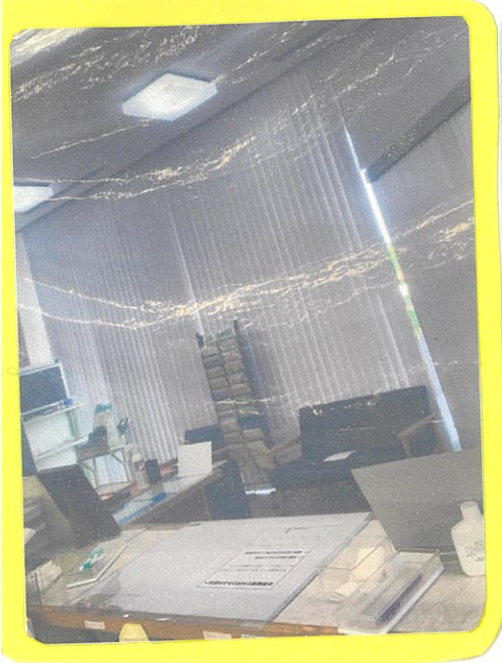


# いなにしだよい 6

稲羽西支店 → 各務原市小佐野町 3-205 <TEL> 058-382-5275

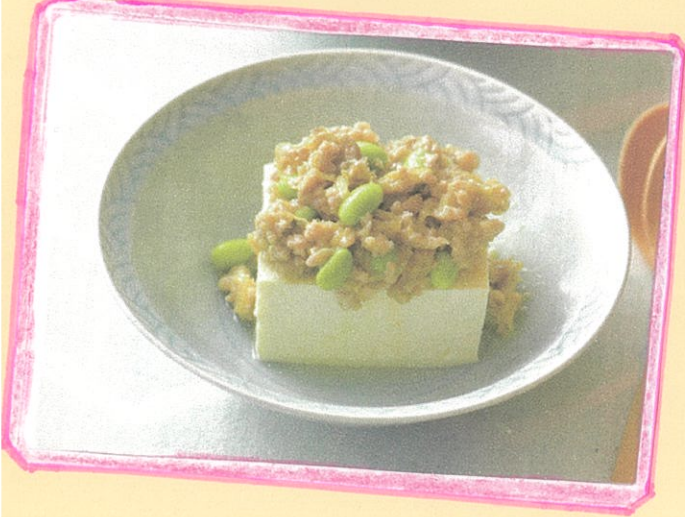


緊急事態宣言が解除され、少しずつですが、コロナウイルスが流行る前の生活に戻りつつあると思います。しかし、コロナウイルスがなくなった訳ではありません。稲羽西支店でも3密に注意



ある為に様々な工夫をしています。お待ちいただく際には、隣の方と離れ水で座っていただき、外にもイスがございませぬのでご利用下さい。

冷ややこ  
ミョウカみそかけ 🎵  
-----  
ダイスと鶏肉のソラホ"で  
良質なたまごの質たふり



～作り方～  
①ミョウカは薄い輪切りにして、エダマメはさやから取り出す。  
②フライパンに油大さじ1を熱し、ひき肉を入れてほぐすようにして炒める。肉の色が変わり、ほぐれたら、ミョウカを加えて中火でしんなりするまで炒める。みそ、酒、みりんを加えて、水けをとばすように炒め、エダマメを混ぜる。  
③豆腐は1丁を2等分の器に盛り、②をかける。

♥ せむ  
作、2汁2下さい!!

材料 (4人分)  
木綿豆腐 ... 小2丁(400g)  
鶏ひき肉 ... 100g  
ミョウカ ... 6個  
エダマメ(ゆでたもの) ... 正味50g  
みそ ... 大さじ3  
みりん ... 大さじ2  
酒 ... 大さじ1  
サラダ油

2020年家の光 6月号に掲載されています。