

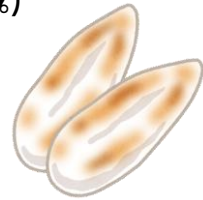
# かまぼこのおいしさをいかした料理づくり

## ●かまぼこの卵とし丼(6人分)

笹かまぼこ…9枚  
玉ねぎ…1・1/2個  
卵…6個  
のり…少々

だし汁…150ml(3/4カップ)  
しょうゆ…大さじ1・1/2  
みりん…大さじ1

ごはん(食べられる量をどんぶりに)



## ●カニカマサラダ(6人分)

カニ風味かまぼこ…90g  
レタス…12枚  
コーン…60g  
サラダ油…大さじ2  
酢…大さじ2  
塩小さじ1/2  
さとう…大さじ1/2  
こしょう…少々

### <作り方>

- ①カニ風味かまぼこ、レタスは食べやすい大きさに手でちぎっておく。
- ②サラダ油、酢、塩、さとう、こしょうをまぜてドレッシングを作る。
- ③器にレタス、コーン、かに風味かまぼこをもりつけてドレッシングをかける。

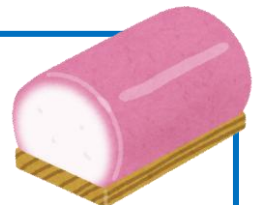
## ●すまし汁(6人分)

青ネギ…6本  
しめじ…60g  
紅白かまぼこ…120g  
だし汁…900ml  
(4・1/2カップ)  
塩……………小さじ1/3  
しょうゆ…小さじ1



### <作り方>

- ①ネギは1cm長さに切る。しめじは手でほぐしておく。
- ②かまぼこは1cmの厚さに切り、切れ目を入れて、松葉の形にする。
- ③なべにだし汁とかまぼこを、しめじを入れて火にかけ、にたったら火を止めて、塩味とうま味を出す。
- ④塩、しょうゆを入れて、味をみてから、ネギを加えて、椀(わん)にもる。



たのしくおいしく作ろう♪

