

作ってみよう！おすすめレシピ




あぶらあ や 揚げのパリパリ焼き



材 料 (1人分)	作 り 方
<p>あぶらあ 油揚げ 1枚 ねぎ パラっと とろけるチーズ 適量 みそ 小さじ1 *マヨネーズ</p>  <p>あつという間に 作ることができますよ！</p> 	<p>① ねぎは、小口切りにする。</p>  <p>② 油揚げに、みそを薄くぬり、その上にチーズをのせ ねぎをパラパラ。</p>  <p>マヨネーズが おいしさのヒミツです♡</p> <p>キムチをのせても いいですね。</p> <p>③ そこへお好みにマヨネーズをかけて、オーブントースターで3分焼くだけでOK♪</p>  <p>なまあげのように厚めのものよりも、 薄いあぶらあげのほうがおいしいですよ！</p>



きくちきょうとうせんせい
菊地教頭先生のおすすめレシピ♡です！

上にのせるものは何でも  OK

わが家では、たまねぎのスライス、キャベツのせん切り、ピーマンなどものせますよ♡