

# 支所 開発商品

## 在宅モニター

### アレンジレシピ

\*\* 水温 あごだし旨味たらこ を使って \*\*



① ショガイモスライスに外側に小麦粉付けて  
アライと枝豆入れて巻きます。  
フライパンで揚げ焼きします。

【アライ 枝豆 ショガイモ巻揚げ】



② ショガイモスライスにケツ、アライ、枝豆  
を二層くらいにしてオーブンで少しずつ  
約30分程かけて焼けば完成

【アライ 枝豆のケツカリカリ】



③ 卵を割ってたらこを入れて  
混ぜる 水おご焼きの様に  
焼いていく

【たらこ入り卵焼き】

