



しまねっこ飯 スープ添え

稲村 淳

材料・分量 (4人分)

卵	4個	A	牛乳	900ml
赤天	1枚		鶏ガラスープの素(顆粒)	13.5g
ごはん	2合		あご野焼き	1本
マヨネーズ	少々		あさつき(刻み)	適量
しじみの佃煮	80g		餃子(冷凍)	8個
			カレー粉	少々

作り方 (時間:50分)

丼の作り方

- ① 卵を卵白と卵黄に分け、卵白をクレープ状に焼く。
- ② 赤天を軽く焼き刻む。ごはん20gに刻んだ赤天とマヨネーズを入れ、混ぜる。
- ③ ごはん80gに、しじみの佃煮を混ぜ合わせる。
- ④ ①に②を包み、丼に入れ、その上から③を入れる。
- ⑤ Aを混ぜる。
- ⑥ ④に⑤を300ml入れ、中央に①で分けた卵黄をトッピングし、まわりに刻んだ野焼きとあさつきを入れて完成。

スープの作り方

- ① ⑤の残り600mlに餃子を入れてあたためる。
- ② カレー粉を入れて味を調べ、あさつきを散らして完成。

セールスポイント

- ・島根の特産品であるしじみ、あご野焼き、石見の赤天を使用したところ。
- ・丼とスープのセットにしたところ。