

ささめ、カレー

ささめ ... 5~6ほん

しお ... すし

こしょう ... すし

こむぎこ

小麦粉 ... おおさじ3

カレー粉 ... こさじ1~2

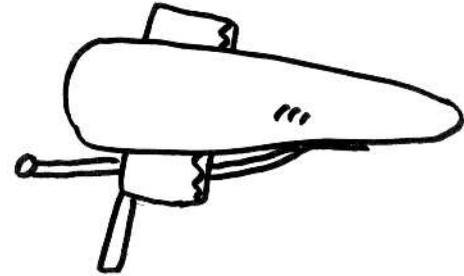
} まぜる

サラダ油^{あぶら}

Lタス

1. ささめを切る

すじをとる

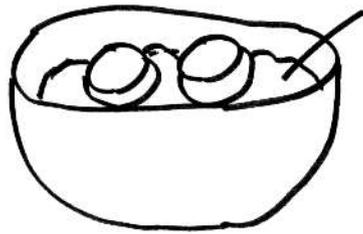
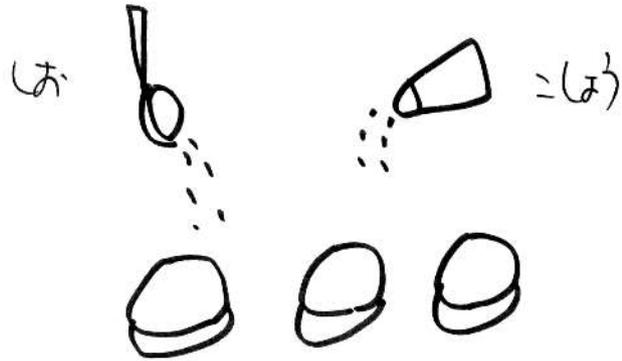


たべやす、おおきさに^き切る



そぎ^き切り

2. こもをつける



こむぎこ
小麦粉と
カレー粉

3. やく



しょうめん
両面こんがり。

