

料 理 名	か な が わ ちゃわん む 神奈川茶碗蒸し	
材 料 名	数量(4人分)	作 り 方
○たまご	4個	① たまごとだしを合せて塩としょうゆを入れよくかきまぜる 。 ② まざったら、こまつな、しらす、かまぼこを入れ耐熱容器に入れ15～20分蒸して完成。
○こまつな	少々	
○しらす	100g	
○かまぼこ	少々	
○だし 神奈川の海で とれた魚からとる	700cc	
塩	少々	
しょうゆ	少々	
		備考 <出来上がりイメージ・使用したかながわ産食材について>
		だしを魚から取るとよいだしが取れます。



○かながわ産食材です。