

## 家でもできる調理実習②（一品作ってみませんか？）

自分で作ったものはおいしく感じませんか？ さらに、誰かに食べてもらって、「おいしかった」と言ってもらえたら、達成感ありますよね。普段、ご飯を作ってもらってばかりのそこのあなた！

この機会に、感謝の気持ちを伝えてみましょう。「おいしかった～！！ありがとう、ごちそうさま」

### <簡単！じゃがいもとベーコン、アスパラのコンソメ味>

①材料は ジャがいも、ベーコン  
アスパラ



②じゃがいもは皮向いて  
3mm位にスライス  
水にさらす



③アスパラはハカマをとって  
4～5cm に切る



④フライパンにじゃがいもと  
コンソメの素一つ



⑤酒を2周回し入れる  
（少し多めに）



⑥ふたをして、蒸し焼き  
（中火で5分）



⑦アスパラとベーコンを  
入れてふたをして加熱  
（中火で8分）



⑧火が通ったら塩コショウ  
（量はお好みで）



⑨できあがり!(^^)!



もし、作ったら、ここに報告してね。 kateika3636 アットマーク gmail.com（アットマークは@に）  
先着 10 名には、アレンジヒントを教えますよ!(^^)!

