



# せりカツ丼

【材料/2人分】

せり・・・・・・・・・・1束(100g)  
コースとんかつ・・・・・・・・・・2枚  
たまねぎ・・・・・・・・・・1/2個  
卵・・・・・・・・・・4個  
水・・・・・・・・・・180ml  
だしの素・・・・・・・・・・小さじ2  
しょうゆ・・・・・・・・・・大さじ2強  
酒・・・・・・・・・・大さじ2  
みりん・・・・・・・・・・大さじ2  
砂糖・・・・・・・・・・大さじ1  
ご飯・・・・・・・・・・2杯分

## 【作り方】

- ① せりは水でよく洗い、2cm程度に切る。玉ねぎは1cm幅に切る。水・だしの素・調味料を合わせておく。
- ② とんかつは食べやすい大きさに切り、卵は割りほぐしておく。
- ③ 丼にご飯をよそい、その上にせりを半分散らす。
- ④ フライパンに①で合わせておいたものと玉ねぎを入れ、たまねぎに火が通ったら、卵半量ととんかつを入れ1分煮る。
- ⑤ 残りの卵を入れせりを散らし、中火で2分位煮る。卵が程よい硬さになったら、丼に盛りつける。

せりととんかつは相性バッチリ！受験に「競り勝つ！」

などの縁起物としてぜひお試しください！

JA名取岩沼