おためしごはん

甘塩鮭のみそ味ロールキャベツ

材料	4人分
キャベツ	8枚
甘塩鮭小	4切
玉ねぎ	1個
にんじん	1/2本
絹さや	20g
だし	2カップ
塩・こしょう	少々
みそ・みりん・バター	

作り方★4人分★

1 キャベツはたっぷりの湯でゆで、塩・こしょうを少々振る。鮭は皮と骨を除いて2つに切り、酒小さじ2を振りかける。
2 玉ねぎは薄切りにし、にんじんは、1センチ厚さの輪切りにする。絹さやは筋を取り、さっとゆでておく。
3 キャベツを広げ、鮭・玉ねぎを1/8量ずつのせて巻き、つまようじで止める。
4 鍋に3を入れ、にんじんを散らし、だしを入れる。ふたをして、10分煮、みそ大さじ2を溶かし入れ、みりん大さじ1/2も加えて15分煮、仕上げにバター小さじ2を入れる。

みんなの絵本

めがねうさぎのクリスマス
ったらクリスマス／作絵 せなけいこ
ポプラ社　1,200円

☆排水溝がクサ～イ☆

排水口のニオイが気になったら目詰まりしているゴミ受けカゴをチェック。ゴミ受けカゴにたまりやすいヌメリ汚れ、ニオイ防止トラップ、ゴミ受けカゴ、ニオイ防止トラップ、ゴミ受けカゴ、ニオイ防止トラップ、ゴミ受けカゴ