

^{にく}肉じゃがコロッケは、^{ぶたにく}豚肉やにんじん、^{たま}玉ねぎや

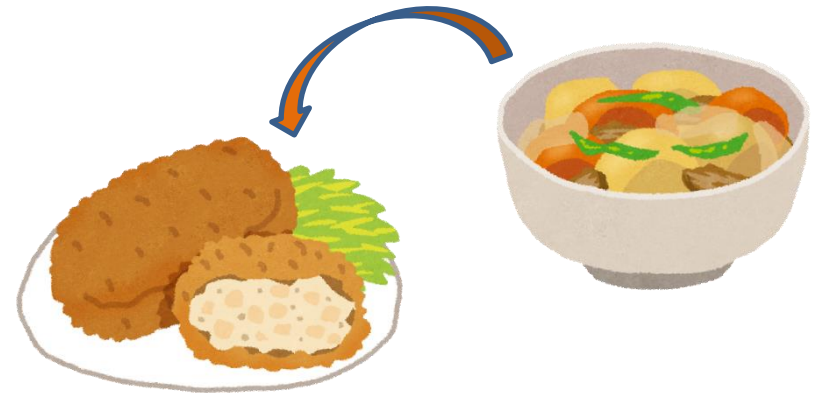
しらたきなどの^{にく}肉じゃがの^ぐ具をコロッケにした^{りょうり}料理

です。^{こんかい}今回は^あ揚げずに、^や焼き色を^{いろ}付けて^つ油を^{あぶら}かけ

た^こパン粉を、^ぐ具につけてから^や焼き^あ上げました。中の

^ぐ具には^{あじ}しょうゆ味がついているので、ソースをかけな

くてもおいしく^た食べられます。





にく^{にく} わかめごはん、肉じゃがコロッケ、しらすと野菜のおかか和え、けんちん汁^{じる}