

## 甘だれチーズいわし丼ぶり(蒲焼風)



### 《 作り方 》

- ① 冷凍のいわしを解凍し、いわしに片栗粉をつける。
- ② 熱したフライパンに油をひき、粉をつけたいわしを焼く。
- ③ かば焼のたれを入れ、とろみがついたらフライパンを火から外す。
- ④ 容器にご飯をよそい、焼きのりと錦糸卵を振り掛ける。
- ⑤ その上に焼いたいわしを盛り付けて、とろけるチーズと刻みのりを振り掛け完成です。

### 《 材料 : 6人分 》

	メーカー名	商品名	規格	単価	分量	6人前コスト	
具材	※	水産物	開きいわし	50 尾	50 円	6 尾	300 円
	※	ニコニコのり	焼き海苔	100 g	870 円	2 g	17.5 円
	※	ニチレイフーズ	錦糸卵	500 g	1150 円	120 g	138 円
	※	北島産業	片栗粉	1 kg	300 円	100 g	30 円
たれ 自店調達	※	オタフクソース	かば焼のたれ	2.2 kg	1060 円	700 g	340 円
			白ごはん		? 円		? 円
			とろけるチーズ		? 円		? 円

具材合計 825.5 円  
1食あたり 137.6 円

※ コストはあくまでも参考価格です。

※            は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。製造する食数に合わせて調整して下さい。  
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。