

三角形が目印の 下仁田納豆です。

納豆と一緒に
アボカドを炒めてもGood!!

な
7月10日だよ!

「なっとうの日」は
家族みんなが

焼き納豆丼 

- ① フライパンにサラダ油を入れて熱し、よ〜く混ぜた納豆を入れて焼く
- ② 納豆の中央にくぼみを作る、しばらくしたらくぼみに卵を落とし、少量の水をいれ蓋をして弱火で2〜3分蒸し焼きに。
(お好みでとろけるチーズをいれてもGood! 卵は半熟を目指すべし)
- ③ どんぶりご飯の上に、千切りキャベツを敷いてその上に②のをせる
- ④ ウスターソースをひと回し、最後に大葉を散らせればできあがり!
(チーズ、アボカド、かつお節などトッピングしてさらにデリシャスに〜)

まなちゃん家は、
ホットプレートで、それぞれ好みの
トッピングをして作らなだみ

とっても簡単で栄養満点 

7・10の日は 焼き納豆丼 

2024.7月



創業61年
つなぐ伝統食

下仁田納豆

下仁田納豆
ホームページ

