



37期の横地さん、片山氏、久連石氏



37期の宮内さん、福島氏、伊藤シェフ、坂野さん



成田さん、鈴木氏、筆者



刻んだ鶏肉を油を敷いたフライパンにて焼く



焦がさずからっと挙げた鶏肉(表面が固くなればOK)



刻んだトマトを入れ、パプリカパウダー入れる