

秋 レ シ ピ

長ネギのチヂミ



材 料

【材料(2人分)】

長ネギ	・・・2本
サラダ油	・・・大さじ1
ごま油	・・・小さじ1

【A】

小麦粉(薄力粉)	・・・大さじ6
片栗粉	・・・大さじ3
鶏がらスープの素	・・・小さじ1
水	・・・100cc
塩	・・・少々

【作り方】

- ① 長ネギは、斜め薄切りにする。
- ② 【A】をまぜ合わせておく。
- ③ ②の中に①を入れて混ぜる。
- ④ フライパンに油をひき、③を薄くのぼし3分程そのまま焼く。
- ⑤ 裏返してヘラで軽く押さえながら、3分程カリッと焼く。
- ⑥ 盛りつけて完成♪



※タレはポン酢又は好みのタレで召し上がってください。
※もちもちしてるので、ハサミを使用すると切りやすいです。