

ふわふわ、もちもち！

お好み焼き

【材料(4人分)】

やまといも	200g(約1本)
きゃべつ	400g(約1/2個)
ねぎ	100g(約1本)
お好み焼き粉	200g
水	120mL※
豚バラ肉	8枚
卵	4個
お好み焼きソース, マヨネーズ	適量
かつお節, 青のり	適量

※水の量はお好み焼き粉の種類によって調節してください。

【作り方】

- ①大和芋の皮をむき、おろし器ですりおろす。
- ②キャベツは粗みじん切り、ねぎは1cm幅の斜め切りにする。
- ③ボウルに水、お好み焼き粉を入れ、泡立て器で混ぜる。
- ④③に大和芋を入れてよく混ぜる。
- ⑤④にキャベツ、ねぎを入れてよく混ぜる。
- ⑥ホットプレート(約200℃)に⑤の生地を並べる(直径約15cm)。
- ⑦生地中央をくぼませ、そこに卵を割り入れる。さらに、豚バラ肉をのせて約3分焼く。
- ⑧裏返したらふたをして約5分蒸し焼きにする。
- ⑨再度ひっくり返して約1分焼く。
- ⑩お好み焼きソース、マヨネーズ、かつお節、青のりなどをかけてできあがり。



ポイント

大和芋をすりおろすときは、キッチンペーパーなどでくるむとすべりにくくなります。