



2019年

you
me
食材提供



4/10 (水) じゃがいものOTONAパンケーキ (YUMIKOさん)

(材料2人分)

じゃがいも：170g

A { 卵黄：1個分
薄力粉：35g

牛乳：適量

塩・こしょう：各少々

小ねぎ：2本分

{ 卵白：1個分
塩：ひとつまみ

無塩バター：30g

B { ベビーリーフまたはミックスサラダ：適量
トマトやトレビスなど：適量

ディルなどのハーブ：適量

チョーコープレミアムドレッシング

シーザーサラダ：適量

- ① じゃがいもは皮をむいて、すりおろすかフードプロセッサーにかける。小ねぎは小口切りにする。
- ② ボウルに①のじゃがいもと A を混ぜ合わせて、硬すぎるようだったら牛乳で調整し、塩・こしょうをして、①の小ねぎを加え、さっくり混ぜる。
- ③ 別のボウルに冷蔵庫で冷やしておいた卵白を入れ、塩を加えて8分立てに泡立てる。
- ④ ②のボウルに③の泡立てた卵白を入れ、泡をつぶさないように混ぜる。
- ⑤ フッ素加工のフライパン（またはホットプレート）に、バターを溶かし、④を直径10cmほどの円形に流し入れて、ホットケーキの要領で両面焼く。残りも同様に焼く。
- ⑥ 器に B を盛り、⑤の焼きあがったパンケーキを盛りつけて、全体にドレッシングを回しかけ、パンケーキにディルなどのハーブを添える。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
また<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。