

1/6 (木) 餅のみ焼き (オイさん)

(材料3枚分)

餅：6～9個

A {
合いびき肉：100g
小ねぎ：30g
小麦粉：100g
かつおだし汁：120ml

サラダ油：5ml×3

(お好み焼きソース)

B {
濃口醤油：大さじ1
ウスターソース：大さじ2
水：大さじ1
レモン果汁：大さじ1
トマトケチャップ：大さじ4
砂糖：大さじ3
かつお節：少々
青のり少々

- ① 餅は縦に4等分する。小ねぎは小口切りにする。
- ② ボウルにAを入れて混ぜ合わせる。
- ③ フライパン(鉄板)を熱して、サラダ油をたらし、①の餅を柎形に並べる。
- ④ ③の柎形の中に②を1/3量流し入れて、生地を広げ、しばらく焼き、裏返してさらに焼く。
- ⑤ ボウルにBを混ぜ合わせる。
- ⑥ ④の両面に焼き色がついたら、⑤のお好み焼きソース(又は薄口醤油：適量)を塗り、へらで対角線に切りこみを入れる。あと2枚同様に作る。
- ⑦ ⑥を器に盛って、かつお節と青のりを散らす。

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)に置いてあります。

また、NBCアプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。