

ランチやお弁当におすすめ！

📺 岩崎本舗 2/27(金) 角煮まぶしの塩ホットケーキ (今道康弘さん)

(材料2人分)

- A 岩崎本舗「長崎角煮まぶし」のタレ：1袋分 (下準備) 「長崎角煮まぶし」は袋の表示に従って解凍して、具とタレに分けておく。ほうれん草は塩ゆでしてみじん切りにする。
- 牛乳：40g
たまご：25g
- ホットケーキミックス：100g
ほうれん草：30g
- B 岩崎本舗「長崎角煮まぶし」の具：1袋分
たまご：1個+ (25g取った残り)
ピザ用チーズ：40g
オリーブ油：15g
- ① ボウルAを入れてよく混ぜる。
 - ② 別のボウルにホットケーキミックスを入れ、①とほうれん草を加えて混ぜ合わせる。
 - ③ フライパンにオリーブ油を熱し、②を流し入れて焼き、焼き色がついたら、裏返して形が崩れない程度に焼き、皿に取る。
 - ④ 同じフライパンに、混ぜ合わせたBを流し入れて、たまごがスクランブル状になるまで、混ぜながら火を入れる。
 - ⑤ ④の上に③をのせ、2つがくっつくように軽く押さえて焼く。
 - ⑥ 耐熱皿に⑤をスクランブル部分が上になるようにのせて、600Wのレンジで2分ほど、中央が膨らんでくるまで加熱する。
 - ⑦ ⑥を取り出して食べやすい大きさに切り、器に盛る。