

食材2つだけ!

ハム

×

リーフレタス

ランチにも合う食事系クレープ

サラダクレープ

材料 (2人分)

ロースハム …………… 5枚

リーフレタス …………… 3枚

卵 …………… 1個

牛乳 …………… 75ml

薄力粉 …………… 大さじ2

塩 …………… 少々

マヨネーズ …………… 適宜

1 クレープを作る

ボウルに卵と薄力粉と塩を入れ、だまがなくなるまで泡立て器で混ぜる。牛乳を少しずつ加えながらのばし、10分ほど置く。フッ素樹脂加工のフライパンを弱火にかけ、温まったらクレープの生地を流し入れて薄く伸ばす。表面が乾いたら裏返して裏面も軽く焼き、皿に取り出す。

2 仕上げ

クレープに手でちぎったリーフレタスとハムをのせて包む。好みにマヨネーズを絞る。

調理時間

25分



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索