

食材2つだけ!

ちくわ

×

ねぎ

軽食にもぴったり

## ネギ焼き

材料 (2人分)

ちくわ ..... 2本

小ねぎ ..... 3本

○薄力粉 ..... 75g

○卵 ..... 1個

○和風だしの素 ..... 小さじ1

好みのソース ..... 適量

サラダ油 ..... 大さじ1

### 1 切る

ちくわは縦半分に切って5mm幅に、小ねぎは小口切りにする。

### 2 フライパンで焼く

ボウルに○と水75mlを合わせて混ぜる。粉っぽさがなくなったらちくわと小ねぎの2/3量を入れて混ぜる。フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、生地を流し入れる。焼き色がついたら裏返して焼く。

### 3 盛る

皿にのせてソースを塗り、残りの小ねぎをちらす。

調理時間

10分



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索