

このや お好み焼きレシピ

このや ○お好み焼き

ざいりょう 【材料】

- このやこ
・お好み焼き粉
- たまご
・卵
- ・キャベツ
- ・もやし
- ぶたにく
・豚肉

ちょうみりょう 【調味料】

- このや
・お好み焼きソース
- ・マヨネーズ
- ぶし
・かつお節
- あぶら
・油

○作り方

1. 生地をつくる

- ①ボールに粉を入れる。
- ②卵を入れる。
- ③ドロドロになるように水を入れ、混ぜて生地を作る。
※ダマができないようにしよう！



2. 材料を切り、かまどの火をおこす

- ①キャベツなどの材料を切り、かまどに火をつける。
※材料は熱が通りやすいように、できるだけ細かく切ろう！
- ②かまどに火がついたら、おきび（薪が燃えて炭になったもの）を作る。
- ③おきびになったら、鉄板を乗せる。



3. たね（材料と生地を混ぜたもの）をつくる

- ①切った材料をドロドロの生地に混ぜて、たねを作る。
(空気が混ざるようにすると、焼き上がりがふわっくらになります！)



4. 焼く

- ①油を引いて、肉を軽く炒めます。
- ②肉の上におたまで、たねを流し込み、焼く。

【おいしく上げるためのコツ】

- ・フライ返しでたねを押しつけると、できあがり固くなります。
※ふんわり仕上げたい人は、側面を整える以外に触らないようにすると良いです。
- ・1枚焼くたびに、鉄板の焦げを取った方が、綺麗にできます。

5. 完成！！

- ①フォークで刺して、中まで火が通っているか確認する。
(フォークにたねがついてこなければ出来上がり！！)

△やけどしないように取り出して、熱いうちにみんなで食べよう！

