

お好み焼き (1枚分)

材 料

・長いも	100g
・卵	1ヶ
・麺つゆ	大さじ1
・千切りきゃべつ	1/2袋
・豚うす切り肉	1枚

・調味料
マヨネーズ
ソース
青のり
かつお節
紅しょうが

作り方



1. 下準備

長いもは皮をむいてジップロックに入れ、叩いて潰す。(すりおろし可)

卵と麺つゆ、千切りきゃべつを加え、袋の上からもんで混ぜる。

2.

せいろにクッキングシートを敷き、お好み焼きの生地を流し入れる。

上に豚うす切り肉を広げてのせる。

3.

蒸気の上がった鍋に乗せて約10分蒸す。

蒸しあがったら、お好みで調味料をかけて出来上がり。