

佳作

小腹にぴったり!! じゃこもち

材料

| | | | |
|------|----------|--------|----------|
| A | しらす | 30g | |
| | レンコン | 50g | |
| | 片栗粉 | 50g | |
| B | しらす | 30g | |
| | 大根 | 50g | |
| | 白玉粉 | 50g | |
| | 小葱 | 少量 | |
| | 油 | 少量 | |
| C | 酒 | 小さじ1 | |
| | ごま油 | 小さじ1/2 | |
| | 醤油 | 30cc | |
| | 酢 | 小さじ1 | |
| | ラー油 | 小さじ1/2 | |
| | 砂糖 | 20g | |
| | 豆板醤 | 小さじ1/2 | |
| | 練りごま | 40g | |
| | D | 甜麺醤 | 大さじ1と1/2 |
| | | 酒 | 大さじ1 |
| みりん | | 大さじ2 | |
| はちみつ | | 大さじ1 | |
| ごま油 | | 少量 | |
| E | 糸唐辛子 | 適量 | |
| | ゆでたチンゲン菜 | 適量 | |



小腹にぴったり!! じゃこもち
松永 拓巳

作り方

- A れんこんもち
- ① レンコンの皮をむき、すりおろし、軽く絞る。
 - ② ①に片栗粉、しらすを入れ、まとめる。
 - ③ ②を4等分に分けて、円型にする。
 - ④ フライパンに油を注ぎ、中火で片面がきつね色になるまで焼き、裏返し、蓋をして蒸し焼きにする。
- B だいこんもち
- ① 大根の皮をむき、すりおろし、軽く絞る。
 - ② ①に白玉粉、しらす、刻んだ小葱を加えこねる。
 - ③ ②を4等分に分けて、円型にする。
 - ④ れんこんもちお同様に焼く。
- C ごまだれ
- ① 練りごま以外をボウルに入れ、混ぜる。
 - ② 練りごまに①を数回に分けて入れ、混ぜる。
- D みそだれ
- ① 調味料を全てボウルに入れ、混ぜる。
 - ② フライパンに①を入れ、煮詰める。
- E 盛り付け用