

★★★ かき揚げ ★★★ 4人分

*** 材料 ***

	g表記	さじ表記
むきえび	80	12尾
さつまいも	40	1/4
〈マッチ棒よりちょっと太め〉		
たまねぎ	60	1/2個
〈1/4 うす切り〉		
ピーマン	12	1個
小麦粉	40	大さじ2
卵	M1個	M1個
塩	1.2	1つまみ
揚げ油	適量	適量

*** 作り方 ***

- ① 材料と溶き卵を混ぜ、小麦粉を入れ、形を整えて揚げる
- ※ 揚げ油の温度は低めがいいです。
他に、人参・ちくわ・ネギの青いところ、ゴーヤなど
アレンジができます。
コーンをいれれば見た目が洋風になりケチャップで召し上がってもおいしいです。
- ※ 混ぜた時の固さを見ながら水を少しずつ入れるといいです。

★★★ ミニ五平餅 ★★★ 4人分

*** 材料 ***

	g表記	さじ表記
米	1号	1号
水	炊飯ジャーの目盛り通り	
味噌	12	大さじ1
上白糖	20	大さじ1/2
白すりごま	12	大さじ1

*** 作り方 ***

- ① ご飯を炊く
- ② 炊きあがったら、熱いうちにつぶす
- ③ 型で抜くか、直径3cm、厚さ1cmくらいに丸める
- ④ すりごま・味噌・砂糖を火にかけ、トロリとなるまで混ぜ、タレをつくる
- ⑤ オープンかホットプレートでこんがり焼き、焼きあがったらタレをつける

※ ご飯を潰すとき、昔から半殺しと言いましたが、潰し過ぎないように潰す。 ※二度焼きすると味噌が香ばしくなりおいしいです。