

# 千ヂミ



## 材料 4人分

・にら	1束
・玉ねぎ	1玉
・人参	1/2本
・無頭えび	8尾
※いりごま	大さじ1

【タレ】	・カボス（絞り汁）	2個分
	・濃口しょうゆ	60ml
	・豆板醤	小さじ1
	・ごま油	小さじ1

【生地】	・米粉ミックス	200g
	・片栗粉	100g
	・卵	1個
	・水	300ml
	・塩	小さじ1
※ごま油		20ml

## 作り方

- ① ニラは5cmのざく切り、玉ねぎは0.5mm幅のスライス、人参は千切り、えびは皮をむき背ワタを取る。
- ② 生地材料を合わせ冷蔵庫で30分～1時間寝かす。
- ③ ①と②を合わせいりごまを入れる。
- ④ ごま油をフライパンに引き③の生地を流し入れ、両面がカリカリになるまで丁寧に焼く。
- ⑤ タレの調味料を合わせ小皿に入れる。
- ⑥ ④を食べやすい大きさにカットして皿に盛り、⑤を付けていただく。