

ニラたこ焼き

材 料 (4人分)



～かけダレ～

◆にら	2本
◆A)醤油	大さじ1と1/2
◆A)みりん	大さじ1
◆A)砂糖	大さじ1/2
◆たこ焼きソース	大さじ3

◆たこ焼き粉	300g
◆卵	1個
◆水	600cc
◆たこ	適宜
◆にら	1束
◆天かす	適宜
◆紅生姜	適宜
◆長ねぎ	適宜
◆削り節	適宜

- ① たこ焼き粉に卵と水を入れ、よく混ぜる。
- ② にらと長ねぎは小口切り、紅生姜をみじん切り、たこは好みの大きさに切る。
- ③ かけダレのにらを包丁で叩きながら細かくみじん切りにし、耐熱容器に入れる。
- ④ ③にかけダレのAの材料を入れ、砂糖が溶ける程度まで電子レンジで温める。
- ⑤ ④の粗熱が取れたら、たこ焼きソースを入れて混ぜる。
- ⑥ たこ焼き器に①の生地を流し、たこを入れたら、上からにら・天かす・紅生姜・長ねぎを散らし、焼いていく。
- ⑦ 生地をクルクルと返しながら、きつね色になるまで焼く。
- ⑧ まん丸く焼きあがったら皿に盛り、⑤と削り節をかけて完成。