

# 小麦粉とほんだしの簡単お好み焼き！！

## 材料切って混ぜて焼くだけ！！

材料→普通サイズ2枚分

★薄力粉	100g
★ほんだし (粉末だしならOK👍)	小さじ3
★卵	1個
★ぬるま湯	120ml
キャベツ	4～5枚(お好みで増やしてもらってもOK👍)
豚肉(バラ・モモ・ウデ何でもOK👍)	100g
天かす	大さじ3
ソース	お好みで
マヨネーズ	お好みで
かつおぶし	お好みで
サラダ油	お好みで

① ★の材料をボウルに入れてよく混ぜる。

ほんだしはぬるま湯で1回溶いてから入れます。



② ①のボウルに粗く千切りにしたキャベツ、食べやすく小さめに切った豚肉、

天かすを加えてよく混ぜる。

③ しっかり油を引いたフライパンやホットプレートに丸く形を作って、

弱火～中火で焼く。

④ 焼き目がついたら、ひっくり返して蓋をして弱火でじっくり焼く。

上から押さえない。

⑤ ソースやマヨネーズをお好みでかけてできあがり！！

家庭科のホームページにたくさんのアクセスありがとうございます！！

ぜひ、おうち時間のある今、親子でクッキングにチャレンジしてみてくださいね。

