

# すくすく人気レシピ紹介

H30年9月

今月はじゃこやきをご紹介します。

生地に味がついているので、そのままでも美味しく食べることができます。

## じゃこやき (3~4人分)

生地	{	薄力粉	…	36g	じゃこ	…	お好みの量	
		片栗粉	…	18g		小ネギ	…	お好みの量
		胡麻油	…	4g				
		水	…	75g				
		顆粒だし	…	小さじ 1/6				

- ① 小ネギは小口切りにカットする。
- ② 生地を材料をよく混ぜ、カットした小ネギも加えて混ぜる。
- ③ フライパンに油をしき、生地を流した上からじゃこを散らす。
- ④ 両面を良く焼いて完成。

