



豆腐のお好み焼き

□ 材料 約 4人前

ウィンナー 6本
キャベツ 120g
長ネギ 1本
絹豆腐 1/2丁

小麦粉 120g
卵 1個
塩・胡椒 少々
水 適量

ソース 適量
マヨネーズ 適量
青のり 適量



□ 作り方

- 【1】 ウィンナーは斜め切り、キャベツは千切り、長ネギは小口切りにする。
- 【2】 ボールに絹豆腐を入れて泡立て器でなめらかになるまで、良くくずす。
- 【3】 【2】に【1】の材料、小麦粉・卵・塩・胡椒を加え良く混ぜる。
- 【4】 【3】の硬さを見ながら水を加える。
- 【5】 フライパンに油を敷き、【4】を流して中心まで火を通す。
- 【6】 ソース・マヨネーズ・青のりをトッピングして出来上がりです。

保育所のお好み焼きは、いつもは、つなぎにジャガイモが入っていますが、ジャガイモの代わりに絹豆腐を入れて作りました。
ふんわりとして、柔らかいお好み焼きが出来ました。

鰹節をかけても、表面にチーズをのせても美味しいです。