

『たこ焼き』



材料(25個程度)

お好み焼き粉	150g	干しエビ	お好み 大さじ1
卵	1個	タコ	好きなだけ
水	450ml	好きな具材	好きなだけ
ねぎ(カット済み)	20g	油	しょうしょう 少々
キャベツ(カット済み)	20g	お好み焼きソース	好きなだけ
天かす(ノンオイル)	10g	あおのり/かつお節	好きなだけ
べに 紅しょうが	お好み		



① 卵を割りほぐし、お好み焼き粉、水の順に混ぜ合わせる。



② タコと好きな具材を、食べやすい大きさに調理用はさみで切っておく。



③ たこ焼き器に油を薄く塗り、生地を8分目程度まで流し入れて熱する。



④ 好きな具材を入れ、ねぎ、キャベツ、天かす、べにしょうが、干しエビを散らす。



⑤ 生地の上表面にぷつぷつが出てきたら、竹串で上下を返す。



⑥ お好みで、ソースやかつお節をかける。