

ダイニングメニュー

揚げ玉でアレンジ!

焼き餅の揚げだし風



お客様の
ご要望にお応えした!
ヘルシー料理

私たちが
Dining
スタッフ考案
メニュー

■材料〈4人分〉

- 切り餅……………8個
- ◆A 白だし……………50ml
- 水……………250ml
- みりん……………少々
- だいこん……………200g
- 水溶き片栗粉……………適量
- かにかまぼこ(ロング)……………2本
- 青ねぎ……………2本
- 揚げ玉……………大さじ4
- しょうが……………10g

■作り方…調理時間約20分

- ①だいこんはすりおろし、軽く水気を切り、かにかまぼこは1/4の長さに切り、さいておく。
- ②Aを鍋に入れて沸騰させ、①・分量の半量の揚げ玉を入れ、水溶き片栗粉を入れ、とろみをつける。
- ③青ねぎは小口切り、しょうがは千切りにする。
- ④切り餅をトースターか焼き網で焼き、器に盛りつける。
- ⑤器に④を盛り、温めた②をかけ、上に残りの揚げ玉・③のをせる。



大根おろしの水気の切り具合で味を調整してください。
大根おろし入りのだしは餅の他にうどんなどにかけてもおいしいです。

食事バランスガイド

1人あたり:273 kcal

