

わけぎのチヂミ



材料（4人分）

わけぎ	1/2 束
にんじん	小 1/2 本
玉ねぎ	1/2 個
豚こま肉	50 g
小麦粉	大さじ 6
片栗粉	大さじ 3
顆粒だしのもと	大さじ 1/2
卵	1 個
水	50~70cc
ごま油	大さじ 2
しょうゆ	大さじ 1
酢	大さじ 1

作り方

- ① わけぎはななめ小口切りにする。にんじん、玉ねぎは千切りにし、耐熱皿に乗せてラップをしてレンジで2分（600w）加熱する。豚こま肉は小さく切る。
- ② 小麦粉、片栗粉、顆粒だしのもとをボールに入れ、卵と水（卵の大きさにより、50~70ccで調整する。）を加えてさっくりと混ぜる。①を加えて良く混ぜる。
- ③ フライパンにごま油を熱し、②を流し入れる。弱めの中火で少し焦げ目がつくくらいまで焼き、さらに裏返して中に火が通るまで焼く。
- ④ 焼き上がったら食べやすい大きさに切り、混ぜ合せたしょうゆと酢のつけダレを、チヂミに添える。