

伊達巻

材料	一本分
たまご	4個
はんぺん	1枚(60g～80g)
砂糖	大さじ3
塩	小さじ1/4
本みりん	大さじ1
しょうゆ	小さじ1/4
出し汁	大さじ3



※巻きすは100円ショップでも購入できます！

《作り方》

1. はんぺんは一口大にして、全ての材料をミキサーに入れ、1分程度泡がたつまでしっかり混ぜる。
2. フライパン(22cm目安)にうすく油をひき、フライパンを温めておく。
3. ①の泡が消えないうちに静かに、フライパンに流し入れる。もし①の泡が消えたらもう1度まわして泡立て、流し入れる。
4. 弱火で蓋をしてこんがりきつね色に焼き(10～12分目安)、ひっくり返し、両面に火を通す。(弱火で3～4分)
5. 焼き上がったら少し表面が落ち着くまでそのままにして、巻きすの上におく。
6. 粗熱がとれたら、海苔巻きの要領で丸めて巻く。
7. 両端を輪ゴムで固定し、ラップをして冷蔵庫へ入れ2時間程冷やし、食べやすい大きさに切って完成。

