

たけのこのふわふわ焼き

たまねぎの甘みがおいしい焼き物です



材料(4人分)

水煮たけのこ	……	100g
玉ねぎ	……	1/2 個
なたね油	……	大さじ 1
塩	……	小さじ 1
米粉	……	大さじ 2
ちりめんじゃこ	……	大さじ 2
なたね油	……	大さじ 2

作り方

- 1 たけのこはすりおろす。
- 2 玉ねぎはみじん切りにする。
- 3 フライパンになたね油大さじ 1 を熱し、2 の玉ねぎ、塩を入れてしんなりするまで炒める。
- 4 3 と 1、米粉、ちりめんじゃこを入れて混ぜあわせる。
- 5 フライパンになたね油を熱し、4 を直径 3cm くらいの大きさの平たく丸く形作り両面きつね色に焼く。