

上生身入りチヂミ

Marutaka recipe

【材料】

- ・丸高 上生身 200g・あさりむき身100g・ニラ50g (1/2束)・桜エビ10g
チーズ20g
- ・かつおだし3g (小さじ1)
- ・片栗粉16g (大さじ2)
- ・オイスターソース6g (小さじ1)

【下準備】

①ニラは5cm幅に切り、すべての材料をよく混ぜておきます。

【作り方】

② ①の生地に粘りが出てきたら、油を適量熱したフライパンに入れて中火よりやや弱めに焼きます。焼き色がつくまで両面焼いていきます。

③両面焼いたら仕上げにラー油をかけてカリッとさせて火からおろします。

④食べやすい大きさに切り、酢醤油を添えて出来上がりです♪。

※ポイントはしっかり混ぜて焼くと、もちりします。

