

## 「切干大根とにんじんのふわふわ焼き」



切干大根 150g は水に戻して水気をしっかり絞り、みじん切りにする。  
にんじん小さめ 1 本はタワシなどでよく洗いまじん切りにする。  
長芋 150g～は皮をむいてすりおろす。  
ボウルに長芋、だし汁大 2、卵 1 個、塩小 1 を入れて混ぜ合わせる。  
米粉又は小麦粉大 2 を入れてさらに混ぜる。  
切り干し大根、にんじんを入れ混ぜ合わせ、ごま油をひいたフライパンで  
両面を焼く。仕上げに水を少し入れ、蓋をして蒸し焼きにして出来上がり。

- \* 離乳食にぴったりな優しい味です。しっかり味に仕上げたい場合は、混ぜ合わせる時醤油を加える、または、付けてお召し上がりください。
- \* 切干大根、にんじんは細かいみじん切りにしてください。
- \* ひっくり返す事を考えると、粉は多めがおススメです。

※その他のトッピングは、こねぎ、竹輪、桜海老などがオススメです。



ゆうきやのInstagram

是非、ゆうきやのお野菜を使ったお料理を、#ゆうきや  
#yukiya808 @ゆうきやなどを付けて投稿してください。  
皆様の投稿、お待ちしております！

ゆうきや本郷店

文京区本郷2-28-1-1F

☎ 03-5801-0880