

# このや お好み焼きレシピ

## このや ○お好み焼き

### ざいりょう 【材料】

- このやこ  
・お好み焼き粉
- たまご  
・卵
- ・キャベツ
- ・もやし
- ぶたにく  
・豚肉

### ちょうみりょう 【調味料】

- このや  
・お好み焼きソース
- ・マヨネーズ
- ぶし  
・かつお節
- あぶら  
・油

## ○作り方

### 1. 生地をつくる

- ①ボールに粉を入れる。
- ②卵を入れる。
- ③ドロドロになるように水を入れ、混ぜて生地を作る。  
※ダマができないようにしよう！



### 2. 材料を切り、かまどの火をおこす

- ①キャベツなどの材料を切り、かまどに火をつける。  
※材料は熱が通りやすいように、できるだけ細かく切ろう！
- ②かまどに火がついたら、おきび（薪が燃えて炭になったもの）を作る。
- ③おきびになったら、鉄板を乗せる。



### 3. たね（材料と生地を混ぜたもの）をつくる

- ①切った材料をドロドロの生地に混ぜて、たねを作る。  
(空気が混ざるようにすると、焼き上がりがふわっくらになります！)



### 4. 焼く

- ①油を引いて、肉を軽く炒めます。
- ②肉の上におたまで、たねを流し込み、焼く。

### 【おいしく仕上げるためのコツ】

- ・フライ返しでたねを押しつけると、できあがり固くなります。  
※ふんわり仕上げたい人は、側面を整える以外に触らないようにすると良いです。
- ・1枚焼くたびに、鉄板の焦げを取った方が、綺麗にできます。

### 5. 完成！！

- ①フォークで刺して、中まで火が通っているか確認する。  
(フォークにたねがついてこなければ出来上がり！！)

△やけどしないように取り出して、熱いうちにみんなで食べよう！

