

春菊の千千ミ



材料2人分

春菊	1/2束(80g)	☆	ポン酢しょうゆ	大さじ1
にんじん	50g		ごま油	小さじ1
豚バラ肉	150g		いいごま	適量
卵	1個			
水	50ml			
小麦粉	60g			
片栗粉	大さじ3			
ごま油	大さじ1			

作り方

- ①春菊は茎を1cm、葉は2cmの長さに切る。にんじんは千切りにする。豚バラ肉は3cm幅くらいに切る。
☆を合わせてタシを作っておく。
- ②ボウルに卵を溶きほぐし、水50mlを加えて混ぜる。小麦粉、片栗粉を少しずつ加え、その都度泡立て器で良く混ぜ、①を加えて混ぜ合わせる。
- ③フライパンにごま油大さじ1/2を中火で熱し、②の半量を流し入れうすく広げる。3分ほど焼いたらひっくり返し4分ほど表面がカリッとするまで焼く。残りの②も同じように焼く。
- ④食べやすく切って、器に盛り、☆を合わせた、タシをつけて食べる。