



おいしく・健康的に 食べよう
Kitchen Smile
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



大根をたくさん食べよう! もちもち大根もち



香味が
お好きな方は
先端部分が
おすすめ

どこの部分を
保っても
おいしく
いただけます

1個あたりのエネルギー 120kcal	食塩相当量 0.7g	調理時間 約20分
-------------------------------	----------------------	---------------------

この表示値は目安です

■材料（4個分）

大根	1/2本
A	
小麦粉	大さじ3
片栗粉	大さじ3
ごま油	大さじ1
B	
しょうゆ	大さじ1
みりん	大さじ1
酒	大さじ1
砂糖	小さじ1

■作り方

- ①大根は皮をむいてすりおろし、軽く水気を切り、Aを加えて手でよく混ぜ合わせる
- ②熱したフライパンにごま油を入れ、4等分にして形を整えた①を入れ、両面こんがり焼く
- ③②に混ぜ合わせたBを加え、弱火でタレを煮詰めながら絡める

※残った大根おろしのしぼり汁にめんつゆで味付けし、水溶き片栗粉でとろみをつけると、厚揚げにもびったりあんかけができます

cooking memo