



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.



当社自慢の品「極の生ちくわ」を使った チーズクハットグ



一本あたりのエネルギー 416kcal	食塩相当量 1.3g	調理時間 約15分
-------------------------------	----------------------	---------------------

この表示値は目安です

■材料 (4本分)

当社自慢の品 極の生ちくわ……………1袋
さけるチーズ……………2本
A ホットケーキミックス……………150g
牛乳……………90cc
サラダ油……………小さじ1
パン粉……………大さじ4
揚げ油……………適量
トマトケチャップ……………お好みで
マスタード……………お好みで

■作り方

- ① さけるチーズを縦半分にし、ちくわの穴に入れる
- ② ①に割り箸を安定するように刺す
- ③ ボウルにAを入れて混ぜ、②にスプーンで全体に塗るように生地をつける
- ④ パン粉をまぶし、170℃の油できつね色になるまで回しながら揚げる
- ⑤ お好みでトマトケチャップやマスタードをつける

cooking memo