



2月

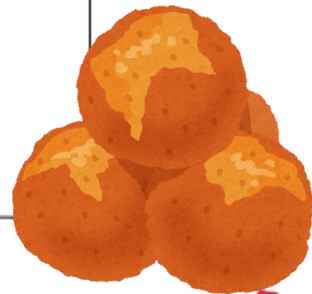


サターアムダギー

(材料 小15コ分)

- ・卵(L) 1コ
- ・油 10cc
- ・さとう 60g
- ・小麦粉 150g
- ・ホットケーキミックス 50g
- ・塩 少々

- ① 卵も入れまぜる。
次に油、さとう、塩を入
れる。
- ② そして、小麦、ホットケーキミックス
を入れ、さっくりまぜる。
(紙おんぴくらいの固さ)
- ③ 150~160℃くらいの
低温でゆっくり揚げる。



八宝菜

(材料 3~4人分)

- ・白菜 3葉
- ・人参 30g
- ・豚肉 70~80g
- ・えび、筍、うずら卵 お好み
- ・片栗粉 大2
- ・水 200cc
- ・とりがら 小1
- ・塩 小1/4~
- ・しょうゆ (どちらかお好みで) 大1~2
- ・千切りしょうゆ

- ① 白菜、人参は1cmざく
切り。
- ② ごま油大2を入れ、
しょうが入れ火欠める。
- ③ 野菜と豚肉も入れ
いためる。
- ④ 水を入れ煮たつたら
とりがら入れ、
塩(しょうゆ)で味を
ととのえる。
- ⑤ 水とき片栗粉を入れ
完成

