

米粉のえのコン餅

材料を混ぜて焼くだけ！香ばしい



材料・分量（4人分）

- 米粉 100g～
- 大根の皮 1本分 約180g
- えのき 1株 正味120gほど
- 桜えび 25g
- 玉ねぎ 小1個
- くるみ（好みのナッツ） 25g 粗くみじん切り
- たくあん 3切れ 粗くみじん切り
- あれば昆布茶 小さじ1
- 好みでキムチ、ベーコン、ばら肉、チーズ
- オリーブオイル 大さじ1

作り方

大根の皮、えのき、桜海老、米粉をフードプロセッサーに入れ細くなるまでまわす。

1. フードプロセッサーを使わない場合：大根の半量をすりおろし、水気を切りもう半量の大根はえのきとともにみじん切りにし米粉、桜海老と混ぜる。

2. 1をボウルにあけ、刻んだ玉ねぎ、くるみ、たくあん、昆布茶（あれば）を加えて混ぜ、小判型に成形する。

温めたフライパンにオリーブオイルをしき、弱火でこんがり色がつくまで焼く。（両面各3～5分ほど）そのまま、または

3. レタスや海苔などで巻いてお召し上がり下さい。
好みで生地にチーズや刻んだキムチ、ベーコンを混ぜたり、ばら肉を貼り付けて焼いてもおいしいです。