



材料 (作りやすい分量)

山芋	100g
薄力粉	25g
キャベツ	50g
卵	1個
和風だし	5g
水	30g

お好みで
ソース
マヨネーズ

作り方

- ①山芋の皮をむき袋に入れめん棒でたたく。
- ②①に刻んだキャベツや他の材料をすべて袋に入れ、混ぜ合わせる。
クッキングシートを敷いたフライパンに流し入れ両面を焼く
- ③お好みでソースやマヨネーズかつお節などで盛り付ける。

