

みかん大根餅

1 人分 341Kcal



【材料 (4 人分)】

①	みかん絞り汁	110cc
	上新粉	100g
	片栗粉	40g
	塩	小 1/2
	砂糖	大 2

大根	150g
ベーコン	50g
干しえび	20g
ちりめん	30g
ピーナッツ	30g
ねぎ	8g

オリーブ油…………… 大 1

● タレ

みかん絞り汁	50cc
しょうゆ	20cc
酢	20cc
みりん	20cc
ごま油	5cc
七味唐辛子	少々

【作り方】

- ①大根は細切り、ベーコンは粗みじん切り、干しえびは空炒りする。ピーナッツは荒切り、ねぎは小口切りにする。
- ②鍋でベーコンを炒め一度取り出し、その中に大根を入れて炒め、少し水を加えて柔らかく煮てベーコンと合やす。
- ③①の材料を合わせて混ぜ②を加え、さらに干しえび、ちりめん、ピーナッツ、ねぎも加えて混ぜる。
- ④耐熱容器にラップを広げ③を流し入れ 1cm 厚さに平たくして、上にもラップをしてレンジで 4 分 30 秒、さらにひっくり返して 3 分ほど加熱する。
- ⑤④が冷めたら好みの大きさに切り、両面オリーブ油で焼く。
- ⑥さらに盛り、タレをつけていただく。

※ 生地がみかん色になり、味もみかんの香りがしてとても美味しい大根餅です。

※ 温州みかん使用 (旬は 10 月～ 1 月半ば)