

Let's Share!

25

えだまめおやき



材料

- ・えだまめ……1カップ
- ・じゃがいも
……3個(すりおろし)
- ・薄力粉……1/2カップ

作り方

- ①じゃがいもはすりおろし、薄力粉、えだまめとあわせる。
- ②フライパンを熱して油を薄くひき、中火～弱火で焼く。

レシピ協力

食育インストラクター
国井聡子