



# せり入り大根もち

【材料／4人分】

せり・・・・・・・・・・1束(100g)  
大根・・・・・・・・・・150g位  
干しエビ・10g(水1/2カップで戻して刻む)  
干しエビの戻し汁・・・大さじ1  
(A)  
白玉粉・・・・・・・・・・150g  
片栗粉・・・・・・・・・・50g  
塩・・・・・・・・・・小さじ1/2  
顆粒鶏がらスープの素・・・小さじ1/2  
＜タレ＞  
しょうゆ・・・・・・・・・・大さじ2  
酢・・・・・・・・・・小さじ1  
豆板醤・・・少々(無ければ省いてもよい)  
ごま油・・・・・・・・・・大さじ2

調理時間：20分  
カロリー：1人分246kcal

＜調理のコツ＞  
大根の水分は加減して加え、耳たぶ位の固さに仕上げてください。じっくり焼くと香ばしくもちり焼きあがります。



## 【作り方】

- ① せりはサッと熱湯にくぐして氷水にとり、水気を絞ってから1cm長さに切っておく。大根は皮をむき、鬼おろし（またはスライサーの太め）で粗くすりおろす。
- ② ボウルに白玉粉と片栗粉を入れて混ぜ、大根おろしを汁ごと加え、残りの(A)の材料を加える。粉っぽさが無くなるまでよくこね、最後に干しエビとせりをつぶさないように加えて混ぜ合わせる。16等分にし、平らな楕円形に整える。
- ③ フライパンにごま油を中火で熱して②を並べて焼く。こんがりとし色が付いたら裏返4～5分かけてじっくり焼く。器に盛り、＜タレ＞の材料を混ぜ合わせて添える。

