



混ぜて焼くだけモチモチ感 納豆入り大根もち



材料 2人分

納豆	2パック
だいこん	1/6本
だいこんの葉や軸	適量
しらす干し	20g
ピザ用チーズ	40g
片栗粉	大さじ3
小麦粉	大さじ3
油	大さじ1

作り方

- ① 納豆にたれやからしを混ぜておく。
だいこんはすりおろし、軽く水けをきる。
葉や軸はみじん切り。
- ② ボウルに①・しらす干し・ピザ用チーズ・
片栗粉・小麦粉を入れて混ぜ合わせる。
- ③ 油をひいたフライパンに②をスプーンで
落とし入れ、円形に広げる。
(6個作る) 両面をこんがり焼く。



家計お助けアドバイス

- * そのままでも美味しいですが、お好みでポン酢しょうゆ・ソース・マヨネーズなどかけても美味しくいただけます。
- * 冷蔵庫に残っているお好み焼き用えび・炒りごまなども入れて、カルシウムアップ。