

第3回 赤かぶ利用コンクール出品作品



<作品名>

そば粉ガレットの赤かぶまき

～赤かぶ：三岳黒瀬かぶの生かぶを利用～

<p>材料と分量</p>	<p>生地</p> <ul style="list-style-type: none"> ・そば粉…70 g ・水…125cc ・塩…少々 ・とき卵…1/2 個 ・卵…1 個 ・エリンギ…1 本 ・赤かぶ…1 個 ・ソーセージ…2 本 ・とろけるチーズ…適量 ・かいわれ大根…適量 ・ほおずきジャム…適量 ・塩コショウ…適量
<p>作り方</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1、そば粉と塩水の半分を入れ混ぜる。粉っぽさが無くなったら、残りの水と卵を入れて混ぜ、1時間休ませる。 2、ホットプレートで弱火にしてガレットの両面を焼く。 3、チーズと卵をのせて、ふたをして火を通す。 4、エリンギは縦に切り、塩コショウで焼く。ソーセージも同様に焼く。 5、赤かぶは千切りにし、オリーブオイル・酢・塩コショウでマリネする。 5、ラップの上にガレットをおき、かいわれ大根、赤かぶ、ジャムをのせて巻く。
<p>工夫した点等</p>	<p>きれいな紫色を見せたいため</p>
<p>その他（安全性への配慮等）</p>	