

冷凍とろろを使った

# お焼き



## < 材料 >

◎冷凍とろろCBX … 100g  
納豆 … 2P 納豆のタレ … 2袋  
薄力粉 … 大さじ3  
大根おろし、かいわれ菜 … 適量  
塩、醤油 … 適量

## < 作り方 > 冷凍とろろは解凍しておく。

1. とろろ・納豆・タレ・薄力粉・塩をボウルに入れ、混ぜる。
2. フライパンに油を引き、1をスプーンで落とし入れ、平らにする。  
片面1分半ずつ焼く。
3. お皿に2を盛り付け、大根おろしとかいわれ菜をのせる。お好みで醤油をかけて完成。



Eastern Foods

イースタンフーズ株式会社