

# 鯉のぼりがいっぱい お好み焼



食物アレルギー  
配慮レシピ



## 材料（2枚分）

KAKOMUごはん「お好み焼き・たこ焼の素」(オ)	1袋
キャベツ（粗みじん切り）	250g
ミックスベジタブル	50g
みんなの食卓「上級ハーフベーコン」(日)	1パック
水	150ml
みんなの食卓「ポークウイニー」(日)	1パック
アスパラガス	2本
「1歳からのノンエッグマヨ」(オ)	適量
海苔	適量
「A-Label（エー・ラベル）ふりかけおかか」(永)	適量



## 作り方

- <下ごしらえ>  
キャベツ、上級ハーフベーコンは粗みじん切り、ポークウイニーは11本のうち1本みじん切りにする。アスパラガスは茹でて穂先から13cm長さにカット、残った部分は小口切りにする。海苔は直径5mmの円にカットする。（10個）
- <ポークウイニー鯉のぼり 10本>  
キッチンバサミの刃先を利用し横向きにしたポークウイニーにVの切り込みを入れ、うろこ模様を作る。（3列3段）
- フライパンにサラダ油を少々入れて弱火にかけ、②を入れて転がしながら炒め切り込みが開いたら取り出す。
- ボウルに水、キャベツ、ミックスベジタブル、上級ハーフベーコン、粗みじん切りのポークウイニー、小口切りにしたアスパラガスを入れる。その上からミックス粉をふりかけ、箸などでよく混ぜる。
- ホットプレートを160度に温める。④の生地を2等分し、それぞれ厚さ1.5cmになるように丸く広げて4～5分焼く（直径16cm位）ひっくり返してフタをして3分蒸し焼きにする。再度ひっくり返して蒸気をとばす。
- ⑤を1枚ずつ皿に盛り特製ソースをかける。トッピング用のアスパラガスを1本ずつ置く。②を5個ずつ並べる。鯉のぼりにノンエッグマヨで白目を絞り海苔の黒目をのせる。
- ノンエッグマヨでソースの境目に縁取りをする。A-Labelふりかけおかかを添える。



## 使用商品



注)

- メニューレシピ内の( )は企業名の略称です。
- (エ) エスエスケイフーズ株式会社、(オ) オタフソース株式会社、(ケ) ケンミン食品株式会社、(永) 株式会社永谷園、(日) 日本ハム株式会社、(ハ) ハウス食品株式会社
- 特定原材料8品目不使用です。
- 特定原材料とは「えび・かに(※)・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生(ピーナッツ)」です。
- (※)使用商品中の海苔については、えび・かにの生息域で採取しています。