

# 松風焼き

山里平和保育園



材料	分量(1人分)
鶏ひき肉	26g
玉ねぎ	12g
絞豆腐	14g
卵	3g
片栗粉	1.2g
すりごま	1.8g
青のり	0.1g
みそ	2.3g
みりん	0.8g

## 《作り方》

- ① 玉ねぎはみじん切りにして、炒め冷ます。
- ② 豆腐と味噌をフードプロセッサーにかける。
- ③ 卵以外の材料をすべて合わせ、アレルギーの子の分をとり、バットに広げて焼く。
- ④ ③に溶き卵を加えよく混ぜ合わせる。
- ⑤ 鉄板5枚に分け広げ、青のり、ごまを半分ずつかける。
- ⑥ 180℃に予熱したオーブンで20分焼く。