



## たらし焼き

お好み焼きを薄くしたようなもので、昔から馴染みのあるおやつ。  
ごま味噌で和えるアレンジなどもあり、各家庭の味が引き継がれています。

- 材料(10個分)
- ・万能ねぎ…5本
  - ・大葉…10枚
  - 小麦粉…400g
  - ① 水…550ml
  - 味噌…40g
  - ・サラダ油…適量

- 作り方
- ① ねぎは小口切りにし、大葉はみじん切りにする。
  - ② ボウルに①を入れ、①を加えてよくまぜ合わせる。
  - ③ フライパンを熱して油を引き、②を薄く流し入れて両面を焼く。
  - ④ 好みで、砂糖じょうゆやみそポテトの味噌だれをつけて食べる。



お玉ですくって好みの大きさに。

お母さん memo

わが家は  
たっぷりのねぎが定番。  
ねぎの食感と  
大葉の風味が合う素朴な  
おいしさです。

## みそポテト

どの家庭にも常備しているじゃがいもを使った、秩父の定番おやつ。  
ほくほくのじゃがいもの天ぷらに、甘い味噌だれがよく合います。

- 材料(4人分)
- ・じゃがいも…4個
  - ① 小麦粉…200g
  - 水…250ml
  - ・サラダ油…適量
- [味噌だれ]
- ・味噌…200g
  - ・砂糖…200g
  - ・みりん…50ml
  - ・酒…適宜

- 作り方
- ① 味噌だれを作っておく。鍋に味噌だれの材料をすべて合わせ、中火にかける。煮詰めるようにしてまぜ合わせ、とろみがでたら火を止める。
  - ② ボウルに①をまぜ合わせ、天ぷら衣を作る。
  - ③ じゃがいもは茹でてから皮をむき、ひと口大に切る。②をつけて、180度に熱した油でからりと揚げる。
  - ④ 器に盛り、①を回しかける。



味噌だれはじゃがいもが熱いうちに!

お母さん memo

出来たての  
みそポテトは  
家族に人気の一品。  
晩ごはんのおかずとしても  
おすすめですよ。