

NKまつえ上乃木保育園 おすすめレシピ



◎だいこん餅(子ども1人分)

切干大根	8g
しらす干し	7g
あおのり	0.1g
片栗粉	6g
小麦粉	6g
鶏がらスープの素	0.1g
ごま油	2g
しょうゆ	0.8g

1. 切り干しだいこんは水で戻して食べやすい長さに切る。
2. しらす干しはさっと茹でて塩抜きする。
3. ボウルに1、2、あおのり、片栗粉、小麦粉、鶏がらスープの素を入れよく混ぜる。
4. 3を小判型に成型し、表面にごま油を塗り焼く（フライパンも可）
【180～200℃で20分程度】
5. 焼きあがった表面にしょうゆを塗る。

ごま油の香りが香ばしく噛みごたえのある
保育園でも人気のおやつです。

