『新キャベツの豚肉はさみ焼き』

材料（4人分）

新キャベツ　２／３個
万能ねぎ　１／２束
A　卵　１個
　小麦粉　１カップ
　水　１／２カップ
　ダシの素　小さじ１／２
　サラダ油　大さじ３
豚ロース薄切り肉　３００～４００ｇ
トンカツソース　大さじ３～４
削り節　１袋（５ｇ）
青のり　大さじ２～３

作り方

① 新キャベツは芯の部分を切り離し、葉は千切りに、芯は薄くそいで千切りにする。万能ねぎは小口から細かく刻む。
② ボウルにAの卵、小麦粉、水を合わせて、なめらかになるまでよく混ぜる。
③ 大きめのフライパンにサラダ油を入れて火にかけ、油をまわして豚肉の半量を広げて並べ、この上にキャベツをたっぷり乗せる。万能ねぎもたっぷりとのせ、ここに②の液を細くたらして全体にまんべんなくかける。
④ 残りの豚肉を広げてのせ、はさみ焼きがのるような大きな蓋などを使ってひっくり返し、へらで押さえながら焼く。火が通ったらトンカツソースを塗り、削り節と青のりをのせ、皿に取って切り分ける。