

『キャベツのとろろ焼き』

材料(2人分)

キャベツ	100g
長芋(すりおろし)	150g
卵	1個
薄口しょう油	小さじ1
【A】	
お好みソース	適量
カツオ節	適量
マヨネーズ	適量
サラダ油	



作り方

- ① 長芋をすりおろし、キャベツはみじん切りにする。
- ② ボウルに①を入れて、ふわふわと泡立つまでよく混ぜる。
卵と薄口しょう油を加えて再び良く混ぜる。
- ③ フライパンを温め、油を馴染ませる。②を入れて中火でしっかり焼く。
オムレツを焼くようにじっくりと中まで火を通す。
- ④ お皿に盛り、【A】で仕上げる。