

☆ぱいぱいひじき☆

【材 料】 10個分
春巻きの皮 1袋
乾燥ヒジキ 20g 水で5分位戻す
人参 1/3本 せん切り
じゃがいも 200g~250g 1個

★酒 小さじ3
★砂糖 小さじ3
★みりん 小さじ3
★しょうゆ 大さじ1

白いりごま 大さじ3

〔小麦粉 適量
水



【作り方】

- 1 ジャガイモが、皮をむいてゆでて熱いうちにつぶしておく。
- 2 人参、ヒジキを★印の調味料で煮る。
- 3 人参がほぼ柔らかになったら1と白いりごまを混ぜ、10等分に分ける。
- 4 春巻きの皮にのせて巻き、水溶き小麦粉でしっかりのりづけし、油で揚げる。

