



## 材料2枚分

水菜	200g	油	適量
薄力粉	250g	ソース	適量
卵	2個	マヨネーズ	適量
水	250cc	かつお節	適量
しらす	30g	青のり	適量
ピザ用チーズ	50g		
豚肉	80g		

## 作り方

- ① 水菜は3～4cmくらいの長さに切る。
- ② 薄力粉、卵、水を合わせる。
- ③ ②に①、しらす、ピザ用チーズを加え、混ぜる。
- ④ フライパンに油を入れ、③を流し入れ豚肉をのせて、3分焼いたらひっくり返してふたをして4分程焼く。
- ⑤ 焼けたら、お好みでソース、マヨネーズ、青のり、かつお節をかける。