

海鮮チヂミ

材料(20cm フライパン1枚分)

海鮮ミックス	100g * 冷凍物ではなく生ものを使う場合はエビ、イカ、貝類など
玉ねぎ	1/4個
万能ネギ	5~6本
生地	
薄力粉	大さじ6
天ぷら粉	大さじ3
卵	1個
塩	ひとつまみ
黒胡椒	適量
水	50~80cc



作り方

1、玉ねぎは縦に薄切り、万能ネギは4~5cmに切る。海鮮類は小さい物はそのまま、大きい物は小さいのぶつ切りにする。



2、ボウルに海鮮類を入れる。小さい冷凍ミックスは解凍せずそのまま。



3、玉ねぎと万能ネギを入れる。



4、薄力粉と天ぷら粉を入れる。粉は薄力粉と天ぷら粉を2:1の割合にする。



5、様子を見ながら水を入れる。海鮮が冷凍でない場合は冷水を入れる。好み焼きより水っぽい位の濃度。



6、卵を入れて混ぜる。塩ひとつまみを入れ、黒胡椒をふる。全体的に少しシャブシャブした感じにする。



7、フライパンに油大さじ1を入れて生地を入れる。多めの油で揚げ焼きをする感じにするとカリッと焼き上がる。



8、中火でじっくり焼いて、ひっくり返して油大さじ1を足す。両面がカリッとするまで焼く。たれは酢醤油、ラー油、ごま油などで。



キムチチヂミ

材料 (20cm フライパン1枚分)

豚肉薄切り	80g
白菜キムチ	100g
玉ねぎ	1/4個
生地	
薄力粉	大さじ6
天ぷら粉	大さじ3
水	50~70cc
塩	ひとつまみ



作り方

1、肉は千切り、玉ねぎは縦に薄切りにする

2、キムチを加える。

3、玉ねぎ、粉類、冷水、塩ひとつまみを入れて、お好み焼きよりゆるい感じに混ぜる。



4、フライパンに油大さじ1を入れ生地を流し入れる。中火でカリッとすするまでゆっくり焼く。

5、片面が焼けたらひっくり返して油大さじ1を足して、焦がさないようにしながらカリッとなるまで焼く。

6、出来上がり。お好みでたれをつけて。

