

# 大根もち



## 材料 (2人分)



だいこん	200g
白玉粉	100g
上新粉	100g
玉ねぎ	50g
かつおだし	10g
塩	2g

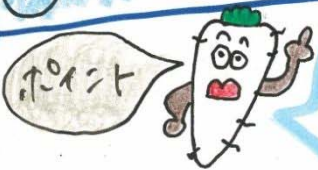
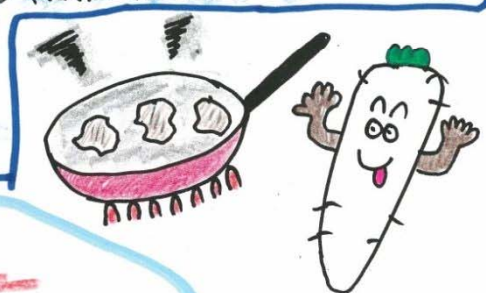


## 栄養価計算 (1人分)

エネルギー 223 kcal たんぱく質 11.4g 脂質 5.3g

## 作り方

- ① だいこんをすりおろし、玉ねぎはみじん切りにする。すりおろした大根はザルに入れて水を切る。  


- ② 白玉粉、上新粉を合わせて、すりおろした大根、玉ねぎ、かつおだし、塩を入れてすりおろした大根の汁40cc入れて混ぜる。
- ③ ②で作ったものを丸めて、フライパンで焼き色がつくまで両面を焼き、少量の水を入れて蒸し焼きにする。
- ④ 盛りつけて、お好みで酢醤油をつけて食べる。



大根が苦手な人でも美味しく食べれます。  
モチモチして、おいしいです。是非、作ってみてください。