



枝豆とハムの一口お好み

調理時間15分

[材料 2人分]

枝豆(むき実)	50g
ハム	2枚
天かす	大さじ3
サラダ油	適量
ポン酢しょうゆ	適量

A	
卵	1個
だし汁	大さじ2
薄力粉	大さじ3
塩	少々

[作り方]

1. 枝豆を塩ゆでにし、さやから実を取り出す。
2. ハムを7mm角に切る。
3. ボウルにAを混ぜ合わせ、1、2と天かすを加えて混ぜ合わせる。
4. フライパンにサラダ油を熱し、3の種を一口大分、スプーンですくって流し入れる。
5. 両面をカリッと焼いたら器に盛り付け、ポン酢しょうゆを添える。