

とんぺい焼き



材料

(2人分)

豚バラ薄切り肉	80g
塩、こしょう	各少々
ねぎ	10cm
卵	2個
ソース	適量
マヨネーズ	適量

作り方

- 1 豚肉は塩、こしょうをふる。
- 2 ねぎは粗みじん切り、卵はボウルに割りほぐす。
- 3 フライパンをコンロにのせ、揚げ物温度調節スイッチを押して200℃に設定し、豚肉を焼く。肉の色が変わったら、ねぎをのせて溶き卵を回しかけ、フライ返しを使って卵で豚肉を包むようにして、ふんわりと焼く。
- 4 器に盛り、ソース、マヨネーズをかける。

大阪のお好み焼き屋さんでは定番の一品。まずはコレで、ビールを一杯といきますか。

揚げ物温度調節機能は、揚げ物以外の調理にも使えて便利。コンロにフライパンをのせて200℃に設定すれば、ホットプレートのように高温を一定に保ち、とんぺい焼きやお好み焼きなどがおいしく焼けるのです。

監修 井澤由美子