



Recipe

まいにちの発酵レシピ

- おせち - 伊達巻き

Ingredients 材料

はんぺん	100g
卵	4個
だし汁	大2
みりん	大1
甘酒	大3
醤油	小さじ1/2

Directions 作り方

- ・縦20cm×横20cm くらいの型にクッキングシートをしておく。
- ・オーブンを予熱200℃に温めておく。

- ① ミキサーまたはブレンダー等で材料を全て入れ攪拌する。
- ② ①の卵液を天板の上に乗せた型の中央部分から静かに注ぐ。
- ② オーブンに入れ200℃10分焼き、さらに190℃10～12分焼き中央に串を刺し焼けているか確認し、焼き色の綺麗な方を下側（巻きす面）にして、鬼簾で巻く。焼き色が外側になるように。
- ③ 巻いたら輪ゴムで固定し、2～3時間ほどそのままおいて冷ましてから切る。

※オーブンではなくフライパン（26cm くらいのもの）で焼く場合は中火で10～13分くらい焼く。