

トルティーヤ 七夕風



材料・分量(4人分)

「生地」

- ・ 強力粉・・・・・・・・100g
- ・ 白玉粉・・・・・・・・150g
- ・ とうもろこし粉・・・150g
- ・ **牛乳**・・・・・・・・250ml
- ・ 酒・・・・・・・・10ml
- ・ 白だし・・・・・・・・20ml
- ・ みりん・・・・・・・・10ml
- ・ めんつゆ・・・・・・・・10ml
- ・ ラー油、ごま油・・・少々

「1」

- ・ 仙台曲がりネギ(千切り)1本
- ・ 牛舌スモークハム(細切り)80g
- ・ **スライスチーズ**・・・4枚
- ・ からしマヨネーズ・・・適量

「2」

- ・ サバのみそ煮缶(ほぐし)60g
- ・ 枝豆・・・・・・・・80g
- ・ **クリームチーズ**・・・80g
- ・ コーン・・・・・・・・40g
- ・ オクラ(小口切り)・・・4本
- ・ しそ・・・・・・・・4枚
- ・ カボチャペースト(お月様、まるく)・・・4個
- ・ パプリカ(小口切り)・20g
- ・ パセリ・レタス

作り方

- ① 生地(強力粉、白玉粉、とうもろこし粉、牛乳、酒、白だし、みりん、めんつゆ)をボウルに混ぜて、薄くトルティーヤを焼く。(8枚)
- ② 生地に1のフィリングを作る。ラー油、ごま油でネギ、スモークハムを炒めて、スライスチーズ、からしマヨネーズを混ぜトルティーヤを巻く。
- ③ 生地に2のフィリングはサバみそ煮、枝豆、クリームチーズ、コーンを混ぜ合わせ、しそトルティーヤを巻く。
- ④ 付け合わせ、オクラ(星形)、まるカボチャ(お月様)、パプリカ、パセリ、レタスをあしらひ飾り完成。

ポイント

トルティーヤに、白玉粉入りで、モチモチ生地

1のピリッと辛い香ばしいフィリング

2はしそみそ風

お腹いっぱい!でももっと食べたい!アウトドアにもいい!