

中国のお菓子「よいよい」 ～プレーン・ごま・青のり味～



今回から山本先生とのお料理番組は「Happy GasでCooking!～お料理教習所～」というネーミングで、お送り致します★

お料理初心者の重本さんはこれから楽しくお料理の基礎を学んでいきます!

お料理初心者の方みなさんもガスの炎でlet's cooking♪

〈材料〉

薄力粉	300g	ベーキングパウダー	小さじ1
砂糖	80g	塩	少々
卵	1個	黒ごま	小さじ1
水	大さじ4	青のり	小さじ2
ごま油	大さじ2	菜種油(サラダ油)	適量

- ① 黒ごまと青のり以外の材料を全てボウルに入れ、ゴムベラまたは手でよく混ぜ合わせる。
- ② ①を3等分にしてそれぞれボウルに入れ、1つは黒ごま、もう1つには青のりを加えて混ぜ合わせる。プレーン味・黒ごま味・青のり味の3種類の生地ができる。
- ③ ビニール袋に入れ、麺棒などで生地を平らにのばす。冷蔵庫で30分～1時間生地をねかせる。
- ④ 生地を冷蔵庫から取り出し、1cmくらいの幅に細長く切る。細長く切った生地を転がし、丸ひも状にする。生地を真ん中で折り、両端を持ち、交互にねじる。
- ⑤ フライパンに菜種油を入れ、180度の温度で揚げ焼きにする。
★コンロに「温度調節機能」があれば180度に設定をする。



キッチン便利グッズの「ゆびさきトング」使用★



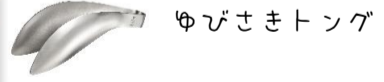
今回使用した菜種油はこちら!



【伊賀産菜種油 やさしい油】

料理の脇役が主役になってしまう程の風味の良さが自慢。どんな料理にも合い、味と香りをグリーンと引き立てる、「やさしい油」。

国産菜種油でありながらお求めやすく、サラダやパスタはもちろん、揚げ物、炒めものなどどんな料理にも重宝します。自然で鮮やかな黄色、コクと香り、身体にやさしい植物油(オレイン酸やリノール酸を多く含む)です。ぜひご家庭の定番油におすすめます。



手にフィットする大きさ・形で、女性やお子様も使いやすいトングですよ

菜種油・ゆびさきトングはショールームフラムにて好評発売中★

