



家族や友人とシェアしたいパーティメニュー

広島風お好み焼き

対応製品名 : マルチグルメプレート

使用部品 : 平型プレート

調理時間 : 25分

材料 (2人分)

小麦粉	70g
水	100ml
キャベツ	200g (せん切り)
天かす	20g
もやし	100g
豚バラ薄切り肉	100g
中華めん (焼きそば用/蒸し)	1玉
焼きそばソース	適量
卵	2個
お好み焼きソース	適量
マヨネーズ・青のり・かつおぶし	適量

作り方

1. ボウルに小麦粉、水を入れて混ぜ合わせておく。マルチグルメプレートに平型プレートを2枚セットし、【Hot Plate 170】に設定して閉じた状態で予熱する。
2. 予熱が完了しつまみのLEDが緑に点灯したら手前の平型プレートにおたま1杯分の生地を流し入れて、おたまの底を使って広げる。生地の上に半量のキャベツ、天かす、もやし、豚バラ肉を順にのせる。
3. サンドイッチスタイルではさみ、取っ手を10秒くらい押して、5分ほど蒸し焼きにする。(温度設定はそのまま) そのあとプレートを開いてホットプレートスタイルにする。
4. 奥側の面で半分の中華めんと水(分量外)を入れてめんをほぐし、焼きそばソースで味付けをする。3の上に焼きそばをのせる。奥のプレートに薄くサラダ油を敷き、卵1個を割ってヘラで黄身をつぶして広げる。
5. 半熟状の卵をお好み焼きの上にかぶせて、再度1分ほどはさみ焼きにする。お好み焼きソース、マヨネーズ、青のり、かつおぶし粉をかけて、出来上がり。