

肉じゃがり好み焼き

<材料> (2人分)

肉じゃが	200g
キャベツ(芯を含む)	250g
卵	2個
薄力粉	100g
水	120ml
サラダ油	適量
ソース	適量
マヨネーズ	適量
青のり	適量



マヨネーズのかけ方を工夫すると、肉じゃがをリメイクしたお好み焼きも、華やかな雰囲気です！

<作り方>

●下準備

※キャベツをせん切りにする。

※肉じゃがは汁気を除き、軽くつぶす。

※肉じゃがのじゃがいもの形が少し残るくらいが良い。

①ボウルに卵を入れ溶きほぐし、薄力粉、水を入れ混ぜる。

②せん切りしたキャベツ、つぶした肉じゃがを入れ混ぜる。

③フライパンにサラダ油を中火で熱し、生地を丸くのせ焼く。片面が焼けたら裏返し、両面を焼く。

④ソース・マヨネーズ・青のりをかけて完成。



ここが食品ロス削減ポイント!

翌日に残りがちな肉じゃがのリメイクレシピです。甘味たっぷりのキャベツの芯も使っています。

