

明石焼き

ふわふわとろとろの明石焼き、だしにつけてお召し上がりください。



材料 (38個分)

- ゆでだこの足…………… 約1本
- 薄力粉…………… 75g
- 卵…………… M寸3個
- A** だし汁…………… 450mL
- しょうゆ…………… 小さじ1
- だし汁…………… 200mL
- B** 薄口しょうゆ…………… 小さじ¼
- 塩…………… 少々
- サラダ油…………… 適量
- あさつき(小口切り)・みつ葉など…………… 適量

つくり方

- ゆでだこの足は食べやすい大きさに切る
 - 薄力粉によく混ぜた**A**を加え、ダマにならないように混ぜ合わせ、生地を作る
 - B**は合わせて温めておく
 - たこ焼きプレート本体に載せ、目盛を**230**に合わせ、ふたをしないで約7分予熱する
 - 薄く油をひき、穴に生地の半量を入れ、**1**を入れる
 - まわりが固まってきたら竹串でひっくり返して焼く
 - 残りの生地も**5**～**6**の手順で焼く
- ◆ お好みであさつき・みつ葉などを加えた**3**につけていただきます。

象印マホービン株式会社

EA-YA 型 ©(B)(A)



クッキングパン EA-M 型
グリルなべ EP-N 型 用

たこ焼きプレート EA-YA01 型 お料理ノート

お願い 必ず竹串を使用してください。
(金属製の串はプレートのフッ素被膜を傷める原因)

このお料理ノートで
使用している計量単位

・大さじ1 = 15mL
・小さじ1 = 5mL

- 使い方、お手入れ方法などは取扱説明書をご覧ください。
- 写真は盛りつけ例です。

たこ焼き

外はカリッ、中はトロトロ。アツアツのたこ焼きをお召し上がりください。

材料 (38個分)

- ゆでだこの足…………… 約1本
- A** 薄力粉…………… 130g
- ベーキングパウダー…………… 小さじ½
- だし汁…………… 500mL
- B** 卵…………… M寸1個
- しょうゆ…………… 小さじ1
- 塩…………… 小さじ¼
- C** 天かす…………… 大さじ2
- 青ねぎ(小口切り)…………… 1本
- 紅しょうが(みじん切り)…………… 10g
- サラダ油…………… 適量
- ソース…………… 適量
- 青のり・かつお節…………… 適量



つくり方

- ゆでだこの足は食べやすい大きさに切る
 - A**によく混ぜた**B**を加え、ダマにならないように混ぜ合わせ、生地を作る
 - たこ焼きプレート本体に載せ、目盛を**230**に合わせ、ふたをしないで約7分予熱する
 - 薄く油をひき、穴に生地の半量を入れ、**1**と**C**を入れる
 - まわりが固まってきたら竹串でひっくり返して焼く
 - 残りの生地も**4**～**5**の手順で焼く
- ◆ お好みでソース・青のり・かつお節をかけてください。

フォンダンショコラ風チョコケーキ

生地に入れたチョコレートが溶けてフォンダンショコラ風になります。
食べやすいプチサイズのケーキです。



材料 (19個分)

- A** 薄力粉……………40g
- ベーキングパウダー…………… 小さじ½
- B** 板チョコレート…………… 120g
- 無塩バター…………… 50g
- C** 牛乳…………… 大さじ3
- 卵…………… M寸1個
- 板チョコレート(1.5cm角19個) …… 約30g
- サラダ油…………… 適量
- 粉糖・チョコレートシロップ…………… 適量

作り方

- ① **A**は合わせてふるい、**B**は湯せんで溶かす
- ② **B**に**C**を加えてよく混ぜ合わせる
- ③ ②に**A**を加え、さらに混ぜ合わせ、生地を作る
- ④ たこ焼きプレートを本体に載せ、目盛を**160**に合わせ、ふたをしないで約7分予熱する
- ⑤ 薄く油をひき、スプーンなどで穴の8分目まで生地を入れる
- ⑥ 1.5cm角に割った板チョコレートをのせ、残りの生地を上からかける
- ⑦ まわりが固まってきたら竹串でひっくり返して焼く
- ◆ あら熱が取れたら、お好みで粉糖やチョコレートシロップをかけてください。

スイートポテトボール

お子様のおやつにぴったり。
まるまるとした形が可愛いスイートポテトボールです。

材料 (19個分)

- A** さつまいも…………… 300g(中1本)
- 水…………… 大さじ1
- 無塩バター…………… 30g
- 卵…………… M寸2個
- B** 砂糖…………… 40g
- 黒ごま…………… 大さじ1
- 薄力粉…………… 大さじ1
- シナモン…………… 適量
- サラダ油…………… 適量
- メープルシロップ…………… 適量

作り方

- ① さつまいもは皮をむき5mm厚さに切る
- ② **A**を耐熱容器に入れ、ラップをし、電子レンジ(500W)で約10分加熱する
- ③ ②にバターを加え、熱いうちにマッシャーでしっかりとつぶし、常温になるまで冷ます
- ④ ③に**B**を加えてよく混ぜ合わせ、生地を作る
- ⑤ たこ焼きプレートを本体に載せ、目盛を**160**に合わせ、ふたをしないで約7分予熱する
- ⑥ 薄く油をひき、穴に生地を入れる
- ⑦ まわりが固まってきたら竹串でひっくり返して焼く
- ◆ お好みでメープルシロップをかけてください。



カレーライスボール

お子様の大好きなカレーライスを一
口サイズのライスボールに仕上げました。

材料 (38個分)

- レトルトカレー…………… 200g
- ご飯…………… 約450g(お茶碗3杯分)
- 卵…………… M寸2個
- パン粉…………… 5g
- A** 粉チーズ…………… 大さじ1
- パセリ(刻む)…………… 5g
- 塩・こしょう…………… 少々
- サラダ油…………… 適量

作り方

- ① ご飯は軽くつぶし、レトルトカレーは大きな具をつぶす
- ② ①と**A**をよく混ぜ合わせ、生地を作る
- ③ たこ焼きプレートを本体に載せ、目盛を**200**に合わせ、ふたをしないで約7分予熱する
- ④ 薄く油をひき、穴に生地の半量を入れる
- ⑤ まわりが固まってきたら竹串でひっくり返して焼く
- ⑥ 残りの生地も④～⑤の手順で焼く

