

鳥取県  
食材を使った  
オススメの一品

# 鳥取産のねばりっこ&豚肉で！ ホタッコ ふわトロっお好み焼

## ～材料～

### 基本材料(4人分):

お好み焼こだわりセット4人前 卵4個

キャベツ600g ねぎ20g

鳥取県食材: ねばりっこ80g 豚バラ肉160g

使用商品: お好みソース ミツカン金のつぶ1P  
味の素ピュアセレクトマヨネーズ

## ～作り方～

ボールに水を入れ、お好み焼粉を加えて混ぜる。  
すりおろしたねばりっこ40gを加える。キャベツは  
粗みじん切り、青ネギは小口切り、ねばりっこは  
1cm角に切る。納豆はよく混ぜておく。

生地キャベツ、ねばりっこ、納豆、たまご、ねぎ、  
天かすを加え、スプーンで空気を含ませるようにまんべんなく混ぜる。  
約200度のプレートに生地を流し、スプーンの角を  
つかって約2cmの厚みになるように押し広げる。

3分経過したら、プレートの温度を240度に上げて  
ひっくり返し、蓋をして蒸し焼きにする。(約4分)  
4分後蓋をとり、ひっくり返して更に3分焼く。  
お好みソースをぬり、マヨネーズをかけたら出来上がり

納豆と  
お好み焼の  
相性バッチ  
リ！

ねばりっこの  
ホクホクの食感が  
美味しい！

