

(やまなし食) 野菜入りうす焼き

~ソーセージを鶏肉にすると朝食にピッタリ!!~



材料 (4人分)

- 小麦粉 : 200g
- 卵 : 1個
- 水 : 200ml
- ブロッコリー : 8房
- ソーセージ : 1本
- ケチャップ : 少々
- バター : 少々

作り方

- ① ブロッコリーを小房に分けて茹でる。ソーセージは細かいさいの目に切る。
- ② ボウルに小麦粉、卵、水を入れてよく混ぜる。
- ③ フライパンにバターをひいて、②の生地を大きじ2杯丸い形に流す。その上に①をトッピングする。裏返して軽くおさえる。
- ④ 両面に焼き色がついたら出来上がり。ケチャップをつけていただく。

☆懐かしいうす焼きの味。

トッピングは何でもOK!

次の世代に受け継ぐ「やまなしの食」

山梨県でよく食べられている郷土料理や名産品が「やまなしの食」に認定されました。全国的に知られているものから、山梨のなかでも限られた地域でしか作られていないものなど、どれも山梨の風土の中で育まれてきた美味しい食べものばかりです。

「やまなしの食」とは・・・山梨県内で受け継がれる郷土料理等のうち、特に次世代への継承に取り組んでいく167品目を平成30年「やまなしの食」として、県が認定しました。また、令和2年3月には9品目が追加されました。

富士吉田市: (郷土食)うす焼き・なんばん味噌など (行事食)じゃがいもとひじきの煮物