

10.

ようこそ！！たてやま

～2種のオープンパンケーキ～



アピール ポイント

旬のあじ、びわを中心に“じのもん”を使ったオープンパンケーキです。近くに住む家族や友人、県外から来た友人らに、館山のおいしさを知ってもらえるような、ホームパーティーのシーンをイメージしながらメニューを考案しました。

材 料

<ヨーグルト入りパンケーキ>
・卵 1個 ・牛乳 60cc
・ヨーグルト 60g
・砂糖 大さじ1 ・塩 少々
・サラダ油 少々

A
・薄力粉 100g
・ベーキングパウダー 少々

トッピング①
<びわとえびのエスニック風>
・えび 2尾 ・酒 少々
・塩 少々
・びわ 1個(8等分のくし形)
・レタス 数枚
・スイートチリソース 適量
・ピーナッツ 適量(刻む)
・香菜 4枚

トッピング②
<あじの香りオープン焼き>
・あじ 1尾
A
・白ワイン 少々
・塩 少々 ・コショウ 少々
B
・アンチョビ 1枚(みじん切り)
・にんにく 1片(みじん切り)
・オリーブ油 大さじ1
C
・ピーナッツ 10g(刻む)
・レーズン 10g(刻む)
・パン粉 10g
・パセリ 大さじ1/2(みじん切り)
・ミニトマト 2個
・レタス 数枚
・レモン 好みで

作 り 方

<ヨーグルト入りパンケーキ>

①ボウルに卵を割りほぐし、牛乳、ヨーグルトを加えて混ぜる。
②砂糖、塩を加え混ぜ、Aをふるい入れ、なめらかになるまで混ぜる。
③フライパンを熱し、薄くサラダ油を塗って、1度濡れ布巾にとって冷ます。直径8cmになるように生地を流し弱火で両面焼く。

<びわとえびのエスニック風>

④鍋に湯を沸かし、酒、塩を加え、えびを茹でる。えびの色が変わったら火を止め、そのまま冷まし、殻を剥いて厚みを半分にする。

⑤パンケーキの上にレタスをしき、えび、びわをのせ、スイートチリソースをかけ、ピーナッツ、香菜を飾る。

<あじの香りオープン焼き>

⑥あじは3枚におろし、食べやすい大きさに切り、Aをふってしばらくおき、水気をふく。

⑦Bを火にかけ、香りが出たら、Cを加えて炒め、冷めたらパセリを加える。

⑧耐熱容器に⑥をならべ、⑦をふりかけ、半分に切ったミニトマトをすきまに並べる。

⑨180℃のオーブンで15～20分焼く

⑩パンケーキの上にレタスをしき、⑨のあじ、ミニトマトをのせ、好みでレモンを絞る。