

## 優秀作品

献立名	最ZAN焼き
出品者	さい Sai
材料	・レタス(外側 3 枚)・残りのおでん(こんにゃく、練り物、昆布)・キャベツ 1/4(残り物)・千切りキャベツサラダ用 100g(残り物)・大根の皮(おでん大根の皮)・ゆでタコ(残り物)・卵 2 個・山芋 80g・おでんの汁・水 200ml・ソース・マヨネーズ・鰹節 適量・小麦粉カップ 2
作り方	<p>① 小麦粉とおでんの汁、水を入れて混ぜる。</p> <p>② レタスざく切り、キャベツあらみじん切り、大根の皮細切りにする。</p> <p>③ 残り物おでんの具材を細かく切る。</p> <p>④ ①, ②, ③, 千切りキャベツサラダ、ゆでタコ、卵を入れる。</p> <p>⑤ 山芋半分は細かく切り、半分はすりおろして④に入れる</p> <p>⑥ よく混ぜて油をひいたフライパンで中火片面 3 分程焼き、ひっくり返して 3 分程焼く。串をさして焼けていれば出来上がり。</p> <p>⑦ ソースをぬりマヨネーズかけて鰹かける。</p> <p>※ ほとんどの野菜は捨てるか痛んだりしたもの、ずーっと残っていたものを使用 おでん、4 日目で具材、汁をリメイク。 水の代わりに牛乳を入れても良い。チーズもあれば焼くときに入れると良い。</p>