




おうちで作ろう!!
♪学校給食♪

焼きピロシキ



旧ソ連地域、東欧料理の惣菜パンです。ウクライナ、ベラルーシ、ロシアなどで好まれています。日本では揚げたものがおなじみですが、焼いたものもあります。



材料(1人分)

ホットケーキミックス	……	34 g
小麦粉	……	6 g
牛乳	……	35 g
豚ひき肉	……	15 g
たまねぎ	……	12 g
キャベツ	……	10 g
はるさめ	……	4 g
生しいたけ	……	3 g
サラダ油	……	0.5 g
塩	……	0.3 g
こしょう	……	0.01 g
ナツメグ	……	0.01 g
オールスパイス	……	0.01 g
チキンコンソメ	……	0.1 g
砂糖	……	0.1 g
しょうゆ	……	1 g
片栗粉	……	0.35 g
アルミ(紙)カップ	……	1枚

作り方

- ①たまねぎ・キャベツ・生しいたけはみじん切りにし、はるさめは固めにゆでて短く切る。
- ②サラダ油で豚ひき肉と①を炒め、調味料を入れてを味を付け、水溶き片栗粉を入れてまとめる。
- ③ホットケーキミックス・小麦粉・牛乳を混ぜ合わせる。(どろりとした固さにする)
- ④アルミ(紙)カップに③の生地を1/3ほど入れて、②の具を入れ、上から残りの生地をかけてオーブンで焼く。(170℃で約20分、オーブンの機種によるので焼き色を見ながら竹串などを刺してみて生地がついてこなければでき上がり)

※具にゆで卵・じゃがいも・他の野菜やきのこなどを入れてもおいしくできます。ホットケーキミックスと牛乳で生地を固めに作り、具を包んで揚げると揚げピロシキになります。

