

料理名**つるんでお友達****◎ 材料(分量) 5人分**

- | | |
|------|-------------------|
| ・むかご | カップ1杯弱 |
| ・つる紫 | 茹でて絞ったもの
1カップ位 |
| ・卵 | 5個 |
| ・油 | 少々 |
| ・砂糖 | 大さじ2 |
| ・塩 | 少々 |
| ・バター | 大さじ1杯位 |

◎ 作り方

- ① むかごを塩茹でする。
- ② つる紫を茹でてミキサーにかけ、卵・バターを入れミキサーに再度かけ混ぜる。
- ③ フライパンに油を少しひき、卵3個で調味料を入れ混ぜたものを、焦げ付けないように焼く。それを巻きすに広げる。
- ④ フライパンで②を焼き、③の上に乗せる。
- ⑤ ④の上に①のぬかごを並べておく。巻き寿司の要領で巻く。