

れんこんもち

材料 (4人分・1人2個)

れんこん 輪切り 8枚
※フライパンで焼く場合はれんこん 16枚
切り餅 4個
ベーコン 2枚
とろけるチーズ 4枚
しょうゆ 適量
パセリ 適量



作り方

- ① れんこんは皮をむき、厚さ 7～8 mmの輪切りにして 8 枚用意。
 - ② 切り餅は厚さを半分にする。
 - ③ チーズとベーコンは 8 等分にする。
 - ④ れんこん、切り餅、ベーコン、チーズの順に重ねる。
 - ⑤ オーブントースターかグリルで約 7 分焼く。
- ※ フライパンで焼く場合は④の上にさらにれんこん(分量外)を重ねてサンドにしてから、両面を 3 分ずつ焼く。
- ⑥ しょうゆをたらし、あればパセリなどをふる。



- ・チーズの香ばしさが食欲をそそります。子どもにも人気です。
- ・れんこんのシャキシャキ感ともちのもちもち感で、歯ごたえバツグン！よく噛むことにもつながります。