

外はカリッ！中はふわっ！



# たこ焼き



【材料】～20個分～

ゆでたこ	100g
絹ごし豆腐	300g
長芋	50g
★鶏むねひき肉	100g
★片栗粉	30g
★和風顆粒だしの素	小さじ2
キャベツ	20g
紅ショウガ	15g
サラダ油	適量

アレルギー用ソース	適量
ノンエッグマヨネーズ	適量
青のり	適量
削り節	適量



★1歳からの好みソース(オタフク)



低塩で野菜・果実の旨みを引き出し、やさしい甘口でお子様向き

7大アレルギー(卵、乳、小麦、そば、落花生、えび、かに)不使用

★卵不使用のマヨネースタイプ調味料



オタフク  
ノンエッグマヨ



日清オイリオ  
マヨドレ



キューピー  
エッグケア

【作り方】

- ① ゆでたこは一口大に切る。
- ② 絹ごし豆腐は表面の水気をキッチンペーパーなどでふき、ボウルに入れて、泡だて器でつぶす。
- ③ ②にすりおろした長芋、★を入れて混ぜる。
- ④ ③にみじん切りにした、キャベツと紅ショウガを混ぜる。
- ⑤ たこ焼き器を熱してサラダ油を薄く塗り、生地のおよそ2/3量を等分に入れる。たこを入れ、残りの生地をたこが隠れるように入れる。
- ⑥ 焼き色がついて、固まってきたら竹串などで転がす。全体によい焼き色がつくまで15分ほど焼く。
- ⑦ お好みのトッピングをして完成！

