



## おやつにもおかずにも 揚げそばがき味噌田楽

新そばの季節に作ってみたい「そばがき」。  
揚げそばがきに、餡子とアイスを  
トッピングして和スイーツにしてもOK。



教えてくれる先生

「手打ちそば よしなり」  
店主 吉成和巳さん

### 手打ちそば よしなり

福島市置賜町8-3 アオイビル1階 ☎090-2975-6021  
営業時間／11:00～15:00  
定休日／不定休(ホームページまたは電話で確認を)



## 作り方

- ①味噌、砂糖、みりん、料理酒を合わせてよく混ぜる。
- ②①を耐熱容器に入れ、電子レンジで1分ほど加熱したら一度取り出し、もう一度よく混ぜる。
- ③さらに30秒加熱して、なめらかになったら田楽味噌のでき上がり。
- ④そば粉に水を入れて、泡立て器でダマがなくなるまでよく混ぜ合わせる。
- ⑤テフロン加工の鍋などに④を入れ、木べらで混ぜながら弱火にかける。
- ⑥固まってきたら火を止めて、ピンポン球ぐらいの大きさに丸める。
- ⑦180度ぐらいに熱した揚げ油で⑥を2～3分揚げろ。
- ⑧きつね色になったら取り出し、皿に盛って③の田楽味噌をかけたのでき上がり。

### 材料(4人分)

- そば粉…100g
- 水…200cc
- 揚げ油…適量
- 味噌…大さじ2
- 砂糖…大さじ1
- みりん…大さじ1
- 料理酒…大さじ1

