おっとちグリーンステーション

住所：登米市米山町中津山字弥蔵壇 50
TEL：0220-55-2964

料理名	TOMETE-YA(米粉トルティーヤ)



【材料】

■米粉トルティーヤ

米粉 110ｇ、片栗粉 15ｇ、コーンスープの素 1袋、砂糖 5ｇ、塩 1ｇ、水 200ｇ
野菜パウダー 各小さじ1程度（色付けする場合）
サラダ油（フライパンにひく用）適量

■具材

好きなものを好きなだけ

【作り方】

・ボウルに水以外の材料を入れて混ぜる。
・水を入れてよく混ぜる。
※野菜パウダーで色付けする場合は、生地を小さなボウルなどに小分けして、好きなパウダーを入れて、だまがなくなるまでよく混ぜる。
・フライパンに油を薄く引き、お玉1杯分くらいの生地を入れて弱火で3分ほど焼く。
・表面が乾いてきたら軽く押さえて焼き色を付ける。
・焼き色がついたら、ひっくり返して弱火で2分ほど焼く。
・取り出して、好きな具材を挟んで完成。