

LIFE-003

# ホットケーキ

飯島奈美



## 材 料

### ホットケーキのタネ

- ・小麦粉 120 グラム
- ・ベーキングパウダー 小さじ1
- ・卵 (Mサイズ) 1個
- ・砂糖 大さじ2~3  
(甘めが好きなのは、大さじ3)
- ・牛乳 80cc
- ・バター 15 グラム (溶かして、大さじ1)

- ・焼くとき用のサラダ油  
(テフロン加工のフライパンなら不要)

### 食べるときにかけるもの

- ・はちみつ  
(メイプルシロップ、黒みつなどお好みで)
- ・バター (有塩、無塩はお好みで)

## つくりかた

- 小麦粉とベーキングパウダーをあわせて、ふるいにかけておく。  
ダマになったところは指で細かくする。
- ボウルに卵を割り入れ、泡立てないように溶き、砂糖をよく混ぜたら、牛乳を加え、湯せんしておいた溶かしバターをよく混ぜる。
- ふるった粉を混ぜて、ねっとりするまでかき混ぜる。
- テフロン加工のフライパンならそのまま常温で、鉄製ならフライパンを熱してからうすく油をひき、濡れぶきんの上であら熱を取る。
- フライパンを手にもって、オタマでタネを丸くなるように流し入れ、中火の弱火にかけてフタをする。
- 2~3分たち、表面が、まんなかあたりまでふくぶくしてきて、端がすこしかわいてきたら、ヘラやフライ返しで、いちど、持ち上げる。
- そのまま戻し、同じ面を30秒焼く。
- 表面がかわいたらひっくり返し、1分焼いたら、できあがり。
- お好みで、同じサイズのものを2枚、3枚焼いて、重ねてバターをのせ、シロップをかけてどうぞ。

