

# ひじきとじゃこのかりんとう(4人分)

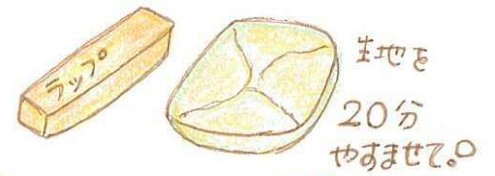
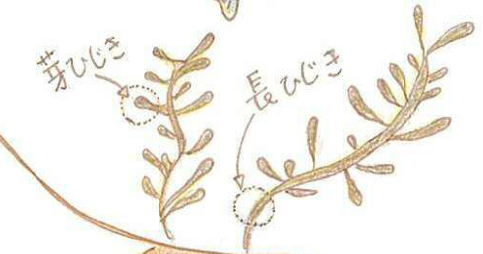


## 材料

- ひじき 16g
- ちりめん 60g
- いりごま 大さじ4
- 薄力粉 400g
- ベーキングパウダー 小さじ4
- さとう 大さじ4
- 水 大さじ2~3

## 作り方

1. ひじきは水でもどして水きりし粗く刻んでおく。
2. ボウルに粉分類を入れて泡立て器でよく混ぜる。中央をくぼませ水を加えて周りの粉を少しずつ混込んでいく。全体がまとまりかけたら、ひじき、ちりめん、ごまを加えてひとまとめにしラップで包み20分ほどおく。
3. ②をスライサーにはさみ麺棒で5mmくらいの厚さにのぼす。これを5mm×5mmほどの棒状に切り分ける。
4. 弱火(165℃)の揚げ油でゆっくりきつね色になるまで揚げる。



🌸 カルシウムや鉄分がたっぷり入ったかりんとうです。

