

# ◎レンコンのチーズガレット◎

2020年1月のレシピ②

レシピ提供：シトロン ヨーコ先生

## ■材料（2人分）

レンコン	150g
薄力粉	10g
パルミジャーノレッジャーノ	30g
塩	小さじ1/5
コショウ	適量
三つ葉	1本
柚子の皮	適量

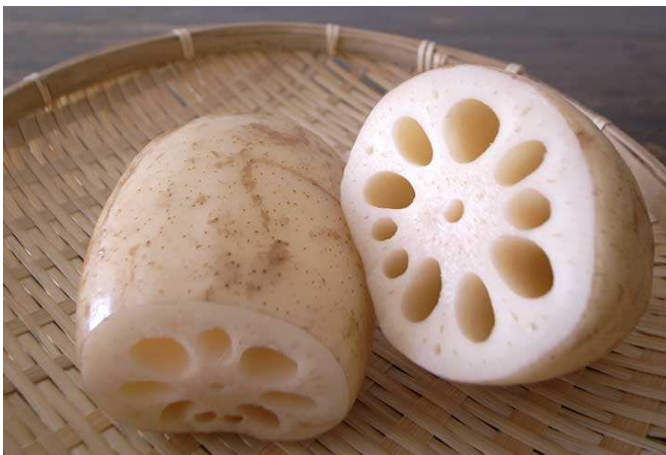


## 【ポイント】

レンコンを細かくしすぎるとカリッとせずレンコン餅のようなモチリ感が強くなります。フードプロセッサーがない場合は、包丁やすり鉢で細かくたたいても結構です。レンコンは皮にも香りや美味しさ、食物繊維がたっぷりと含まれていますので皮ごと使うことで美味しさアップです！

焼きたてをカリッとのお召し上がりください。

2020年も美味しく作りやすいレシピをたくさんお届けしてまいります。どうぞよろしくお願いたします！



1

レンコンは皮をよく洗い、皮つきのまま1cm厚さのいちょう切りにする。フードプロセッサーにパルミジャーノレッジャーノを入れ2～3mm粒サイズになるまで攪拌する。レンコンも加え3mmから5mmの粗さが混ざるくらいに攪拌する。塩・コショウ・薄力粉を加え均一になるまでさっと攪拌する。

2

フライパンに3mm深さにオリーブオイルを入れ中火にかける。好みのサイズの円状にレンコンの生地を薄く広げて入れる。裏面が茶色くカリッとになったら裏返し、もう一面も焼く。

3

器にのせ、三つ葉の粗みじん切りをちらし、ゆずの皮を削り掛ける。