

# てづく つく かた ✿手作りせんべいの作り方✿

①<sup>こめこ</sup>米粉25g、<sup>きょうりきこ</sup>強力粉20g、<sup>さとう</sup>砂糖2g、  
<sup>しょくえん</sup>食塩1g、<sup>ぎゅうにゅう</sup>牛乳20mlをボウルにい  
れ、よく捏ねる。



②①がまとまったら、2つに分け、**ピ**  
**ーマン・桜えび(1g)**、**にんじん(15**  
**g)・黒ゴマ(1g)**をそれぞれ加えて  
さらに捏ねる。



ラップに包んで、15分ほど冷蔵庫でね  
かせる。

③めん棒で生地をうすくのばし、お好  
みの型で型抜きをする。(打ち粉をして  
もよい)



④フライパンに<sup>あぶら</sup>油をひいて、③を<sup>なら</sup>並  
べ、<sup>ちゅうび</sup>中火でときどきひっくり返しながら  
<sup>りょうめん</sup>両面がパリッとするまで焼く。



<sup>ぶんりょう</sup>分量は<sup>しょうがくせいひとりぶん</sup>小学生1人分の<sup>りょう</sup>量です。