

みかんクレープ



みかんクレープ

1人前 250kcal

● 材料(4人前)

あん	
さつまいも	150g
みかんの絞り汁	1カップ
砂糖	小さじ2
生地	
卵	1個
薄力粉	100g
グラニュー糖	30g
牛乳	200ml
油	少々
ホイップクリーム	適量
みかんの実	適量

● 作り方

- ① さつまいもは乱切りにして水にさらしておく。
- ② 鍋に①、みかんの絞り汁、砂糖を入れて水分がなくなるまで煮る。水分がなくなったらつぶす。
- ③ ボールに薄力粉とグラニュー糖を加え、混ぜる。
- ④ ③に牛乳の半分と、とき卵を加え混ぜ、残りの牛乳を加えて混ぜる。
- ⑤ フライパンをあたたため、薄く油を塗って、④を薄焼き卵の要領で焼く。
- ⑥ 生地が冷めたら、あんをのせ、ホイップクリーム、みかんの実をのせて包む。