

喜歡吃大阪燒嗎？ 跟小朋友一起親子DIY吧～

作者：陳淑容

要準備的材料有～

沙拉醬	1條	雞蛋	4顆
水	適量	柴魚片	1大包
鹽	少許	玉米粒罐頭	1罐
醬油	少許	肉絲	200克
番茄醬	少許	蝦仁	400克
沙拉油	少許	低筋麵粉	200克
白芝麻	少許	高麗菜絲	300克

*以上所準備的材料可做出4份大阪燒。

1. 先將低筋麵粉過篩後，加入4顆雞蛋和少許鹽巴。
2. 在攪拌的過程中加入適量的水，攪拌成麵糊。
3. 將燙熟的肉絲、燙熟的蝦仁、生的高麗菜絲和玉米粒等材料加入麵糊中，攪拌均勻。
4. 開小火將平底鍋的水烘乾後，加入適量的沙拉油。
5. 油熱後，倒入加好材料的麵糊(厚度約1.5公分左右)，開始煎大阪燒。
6. 等到麵糊變色後，翻面繼續煎至兩面金黃色澤(一面大約需煎5分鐘)。
7. 淋上醬油、番茄醬和沙拉醬。
8. 灑上白芝麻和柴魚片。
9. 再煎一下就可以起鍋。

