

【長崎玉成高校】

激ウマ！長崎和牛たっぷりチヂミ



〈材料〉

ニラ 1/2
小玉ねぎ 1/2
人参 1/2
長崎和牛

○生地

市販の粉を使う場合はその通りにお願いします。

水 100cc
薄力粉 100g
片栗粉 大3
塩 1g
鶏がらスープの素 小1

○うまかたれ

普通にポン酢でも大丈夫です。

醤油と酢 同割
砂糖 小2
ラー油 適量