

ほうれん草のせんべい



材料(4人分:20枚程)

- ・小麦粉……………2カップ(220g)
- ・ほうれん草……………50g(茹でた後の分量)
- ・水……………大さじ3
- ・黒ごま……………大さじ4
- ・三温糖……………大さじ3
- ・塩……………0.2g
- ・打ち粉(小麦粉)…適宜
- ・サラダ油……………適宜

1.
ほうれん草は茹ですぎないように注意し、茹でたら1cm位に刻む。



2.
ボウルに1と小麦粉1カップ、三温糖大さじ2、塩0.1gを入れて、ほうれん草がしっかりなじむまでよくこねる。



3.
2とは別に、小麦粉1カップ、三温糖大さじ1、塩0.1g、黒ごま、水を入れてよくこねる。



4.
2、3それぞれを麺棒で薄く、縦長に伸ばす。
伸ばしたら二つに重ねてくるくる巻き、形を整えて輪切りにする。



5.
4を1枚ずつ麺棒で伸ばす。
低めの温度(150~160℃)のサラダ油で、箸でコンコンと音がするまでゆっくり揚げて完成

