

## 材料

- 豚ミンチ・・・200g
- 糸寒天・・・ひとつかみ大
- 刻みネギ・・・30g
- 春巻の皮・・・5枚  
(半分に切って10枚)
- 大葉・・・10枚
- スライスチーズ・・・2枚
- 油・・・適量

今月ご紹介するのは、フライパンで簡単にできる「パリパリネギ春巻き」です。ネギの甘みがたっぷり感じられる一品です。



秋田北鷹高校家庭クラブ  
Enjoy!Cooking



「パリパリ  
ネギ春巻き」

今月の食材  
長ネギ

## つくりかた

- ① たっぷりの水で糸寒天を戻し、よく水分をしぼっておきます。刻みネギも用意しておきます。
- ② 豚ミンチを炒め、パラパラになってきたら①の糸寒天と刻みネギを入れ、塩コショウをします。糸寒天がしなっとしたらお皿にとります。
- ③ 春巻きの皮を半分に切ったものに、大葉→チーズ→②で炒めた具材の順番にのせます。
- ④ 皮はまず両端を折り込み、次に上下に折り込み、長方形または正方形の形にします。
- ⑤ フライパンに油を注ぎ、色よく焼けたら完成です。

