

DOSHISHA

Live™

# TAKOYAKI PLATE

カリふわたこ焼きプレート レシピ

*Recipe*



# 焼く前の準備ポイント

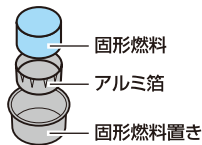
## 固形燃料

カリふわたこ焼きプレートは固形燃料で調理します。

固形燃料は別売りです。固形燃料は30g以下のものをご使用ください。

# 1

固形燃料(別売り)にアルミ箔がついていないものは、右図のように固形燃料にアルミ箔を巻いて固形燃料置きに置き、専用丸型コンロに置きます。



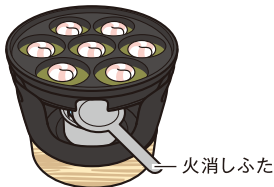
# 2

たこ焼きプレートを専用丸型コンロに置き、食用油(サラダ油など)をうすく塗ってください。固形燃料にマッチやロングライターで着火し、約7分間予熱してください。

## 《調理中の温度調節について》

アヒージョなど調理物によっては高温になる場合があります。その際は、火消しふたで消火し、温度の調節を行ってください。

※油はねにご注意ください。



※レシピの手順をご確認いただき、ご使用ください。  
※レシピに使用している写真は全てイメージです。



## 基本のたこ焼き

[材料(約28個分)]

- ・小麦粉…100g
- ・卵…1個
- ①・牛乳…大さじ3
- ・水…300cc
- ・塩…少々
- ・タコ…160g
- ・青ねぎ…2本
- ・天かす…24g
- ・ソース、青のり…適量

1. ①の材料をダマにならないように全て混ぜ合わせる。
2. タコは適当な大きさに切り、青ねぎは小口切りにしておく。
3. くぼみに油を引き、くぼみから少しあふれる程度に生地を流し入れる。
4. くぼみにタコ、青ねぎ、天かすを入れ、生地がやわらかいうちに90度ずつ回転させ、丸く整えながら焼く。
5. お皿に盛りつけ、ソース、青のりをかける。



## ライスコロツケ

[材料(約7個分)]

- ・ごはん…160g
- ・ケチャップ…大さじ3
- ・塩こしょう…少々
- ・ソーセージ…2本
- ・シュレッドチーズ…20g
- ・パン粉(粗挽き)…適量

1. ごはんにケチャップ、塩こしょうを混ぜる。
2. 一口分の1を取り、中心にカットしたソーセージとシュレッドチーズを入れ、くぼみにおさまるサイズに丸める。
3. 2の周りに油を付け、パン粉をまぶす。
4. くぼみに油を引き、3を一つずつ入れ、崩れないように90度ずつ回転させ、こんがり焼き色がつくまで焼く。

## まんまるコーン卵焼き

[材料(約7個分)]

- ・卵…2個
- ・砂糖…大さじ1/2
- ・醤油…小さじ1/4
- ・マヨネーズ…小さじ1
- ・ホールコーン(缶詰)…15g
- ・青のり…小さじ1/4

- 1.材料を全て混ぜ合わせる。
- 2.くぼみに多めに油を引き、1を流し入れる。
- 3.火が通る前に、90度ずつ回転させ、丸く整えながら焼いていく。

## アヒージョ

[材料]

- ・オリーブオイル…50cc
- ・ニンニク…1片
- ・塩…小さじ1/4
- ・むきエビ(冷凍など)、マッシュルーム、ブロッコリーなど…お好みで

- 1.みじん切りにしたニンニク、塩を混ぜ合わせる。
- 2.くぼみにオリーブオイルを入れ、1を均等に入れる。
- 3.エビ、塩茹でしたブロッコリー、マッシュルームを一口大に切って入れ、エビに火が通れば出来上がり。



## もちもちあんこボール

[材料(約14個分)]

- ・ホットケーキミックス  
…75g
- ・白玉粉…25g
- ・塩…ひとつまみ
- ④・牛乳…50cc
- ・水…50cc
- ・油…小さじ1
- ・白ごま…大さじ1
- ・あんこ…適量

1. 白玉粉をダマにならないように水で溶き、④の残りの材料を全て入れ混ぜ合わせる。
2. くぼみに油を引き、1を小さじ1ずつ流し入れる。
3. あんこを適量(小さじ1)中央に入れ、その上に1を小さじ1かける。
4. ゆっくり丸く整えながら焼く。



## クロツカン

[材料(約14個分)]

- ・クロワッサン…50g
- ・くるみ(ロースト)  
…15g
- ・砂糖…30g
- ・バター…15g

- 1.クロワッサンを1cm角にカットする。
- 2.くるみを細かく刻む。
- 3.クロワッサン、くるみ、砂糖を混ぜ合わせる。
- 4.くぼみにバターを少量に分けて入れ、その上に3を乗せる。スプーンの背等で生地をギュッと押さえながら焼く。
- 5.竹串とスプーンを使ってひっくり返し、焦げないように気をつけて反対側も焼く。



## アレンジレシピ監修

---

坂口もとこ Motoko Sakaguchi

メニュープランナー / 料理研究家

2004年より料理教室「mi casa tu casa」主宰。

モッチ&ベントン

フードコンサルティング株式会社 代表取締役

季節感を意識した料理をテーマに幅広く講座開催やレシピ開発を行う。  
野菜ソムリエ資格を活かし、バランスのよい食事を実践するための食べ方、  
選び方、調理法、栄養学などを中心に講演活動も行う。  
消費者、生活者目線での実生活に基づいたレシピ提供、書籍出版、  
企業メニュー開発、食イベントプロデュースなどが好評を得ている。

### 主な著書

『アーモンドミルクのチカラ』『塩レモンのチカラ』『私のコメパン5週間』

『いつもほかほかパンのあるおいしい生活』

『ホームベーカリーで「ごはんパン」』など。

日本野菜ソムリエ協会ベジフルクックリー講師

日本フードビジネスコンサルタント協会理事