

# 明日葉のハムチーズ揚げ

素泊まり  
ENJOY HOME  
ORIGINAL  
めちゃうま  
レシピ



ピックアップ食材



明日葉

## 材料

- ・明日葉 ... 10g
- ・ハム ... 2枚
- ・ピザ用チーズ ... 30g
- ・春巻の皮 (15cm × 15cm) ... 2枚
- ・ほりにし ... 適量

- 
- ・小麦粉 ... 1g
  - ・水 ... 2g

## 手順

- 1 小麦粉と水を混ぜておく。
- 2 明日葉は 1.5cm 幅に刻む。
- 3 春巻の皮を広げ、ハムを1枚乗せる。順に明日葉、チーズを乗せて巻く。巻き終わりに①をつけて止める。巻き終わりを下にしておく。これを2つ作る。
- 4 170℃の油で揚げる。
- 5 揚げたてのうちに「ほりにし」をかけて出来上がり。