

優秀賞
一席



ミンチ

肉そぼろの瓦そば風パイ

下関市
大谷 紀美香さん

肉そぼろと茶そばをパイ生地で包んだ、サクサクの瓦そば風パイ。

材 料

ミンチ	200g	
パイ生地	3枚	
茶そば	1束	
しょう油	少々	
しょう油	大さじ3	【A】
砂糖	大さじ2	
みりん	大さじ1	
酒	小さじ1	
水	小さじ1	
卵	2個	
砂糖	大さじ1	【B】
塩	少々	
卵黄	1個	
水	適量	

- ① 【A】を鍋に入れ煮立たせ、煮立ったら牛肉ミンチを炒める。茶色になったら火を止めてフタをして蒸らす。
- ② 茶そばを茹でる。茹で上がった茶そばを少々しょう油を加えて焼く。
- ③ 卵2個と【B】を混ぜてスクランブルエッグを作る。
- ④ 1枚のパイ生地を1/4に切って、生地をのばす。その上に、茶そば→肉そぼろ→スクランブルエッグの順にのせる。
- ⑤ 水で薄めた卵黄を④のパイ生地のまわりに塗る。
- ⑥ 1枚のパイ生地を半分切ってのばす。のばした生地を④の上にのせ、まわりを丸め込んで縁をフォークで押さえる。上に⑤の卵黄液を塗る。
- ⑦ 180℃のオーブンで10～15分焼き、最後に200℃で5分焼く。