



# しいたけの タコなし タコ焼き

ちょっと一言!

タコ焼きのタコの代わりに原木しいたけを使っています。  
いつもとはちょっと違った味を楽しんでみてはいかがでしょうか？

## 材 料

〈4人分20個〉

原木しいたけ ..... 5個  
塩 ..... 小さじ1  
天かす ..... 少々

【生地】 ※分量は商品記載量で

★タコ焼き粉 ..... 100g  
★卵 ..... 1個  
★水 ..... 300g

【トッピング】

タコ焼きソース、かつお節、  
マヨネーズなど

## 作 り 方

- ① 原木しいたけは、1～2cmの角切りにする。
- ② ①の原木しいたけをフライパンで軽く炒めて、塩で下味をつける。
- ③ 材料の★を混ぜて、生地を作る。
- ④ 熱したタコ焼き機に生地を流し入れ、その上に②のしいたけと天かすを入れて焼く。(しいたけの目安: タコ焼き1個に3かけ)
- ⑤ お好みで、かつお節などをトッピングする。

レシピを作った団体・人  
周南地区 林業研究グループ女性部会