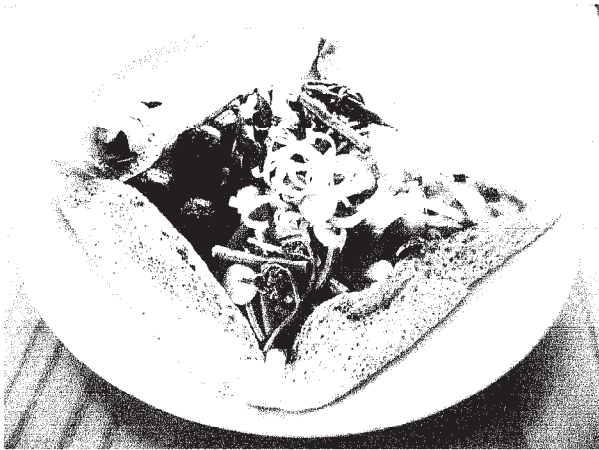


深大寺あらびきそばガレットの試作

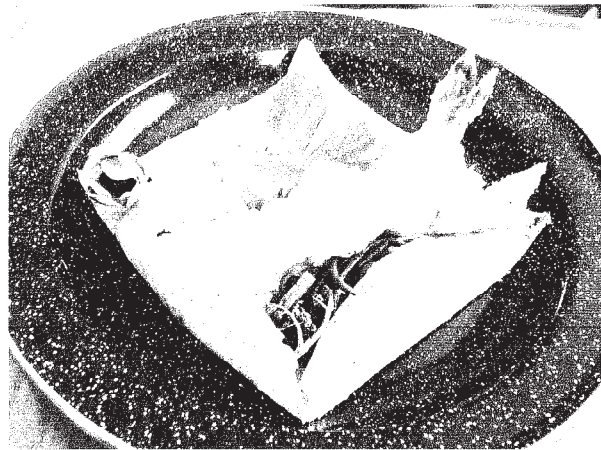
Galette made from buckwheat flour by way of trial

北條翔子(Shoko HOJO)

山菜そばガレット



天ぷらそばガレット



そば粉	深大寺 (あらびき)
具	山菜ミックス (ぜんまい、わらび…) かきあげ しいたけ 青菜 (コマツナ) ねぎ
飾り	えびすけ

そば粉	深大寺 (あらびき)
具	えび天 ぜんまい・わらび ねぎ・みつば
飾り	えびすけ

(そば粉生地分量…そば粉 100g、小麦粉 20g、水 300cc、卵 1個) →生地約 7枚分

生地はよく見るとあらびきのつぶが見えます。内側のほうはよく見えませんでした。そばつゆの味が生地に染み込んで予想通り全体がなじんでおいしかったです。次回は水車のそば粉で、月見とろろそばガレットの予定です。