

# Crêpe

材料（直径 26cm のフライパンで 5 枚分）

<生地>

- ・牛乳…220ml
- ・薄力粉…50g
- ・砂糖…10g
- ・溶き卵 (M サイズ)…1 個
- ・サラダ油…小さじ 1
- ・サラダ油 ( 焼く用)…適量

<いちごソース>

- ・いちご…100 g
- ・砂糖…40g
- ・レモン汁…大さじ 1/2

必要な調理器具

- ・ボウル
- ・泡だて器
- ・ラップ
- ・フライパン
- ・キッチンペーパー
- ・お玉
- ・竹串
- ・フライ返し
- ・木べら



生地

1. ボウルに薄力粉、砂糖、溶き卵を入れ、泡立て器で混ぜ合わせます。
2. 牛乳を少しずつ入れて、混ぜ合わせます。
3. サラダ油を入れ混ぜたら、ラップをして冷蔵庫で 1時間程やすませます。
4. 3を冷蔵庫から取り出し、混ぜ合わせます。
5. フライパンにサラダ油を入れ中火にし、キッチンペーパーで余分なサラダ油を拭き取ります。
6. お玉ですくって流し入れたら、フライパンを傾けて全体に広げます。
7. 生地の縁が乾いてきたら竹串で端をめくり、裏返します。
8. 弱火にして、30秒～1分程焼き、火が通ったら火から下ろします。

いちごソース

1. いちごは洗ってヘタを取り、水気をキッチンペーパーなどで拭き取る。(大きめのいちごは半分を切る)
2. 深めの器にいちご・砂糖・レモン汁を入れ、軽く混ぜる。
3. ラップやフタをしなくて 500W のレンジで 2 分半加熱する。
4. スプーンで軽く苺をつぶして全体を混ぜる
5. もう一度ラップをかけずにレンジで 1 分～1 分半加熱する。
6. 粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やして出来上がり

仕上げ

- 生地を三角形に折り、器に盛り付けます。  
粉糖をふり、いちごソースを添えて完成です。