

11月19日(土)放送

ホットケーキ

レシピ監修 エコール 辻 東京 百野 浩史先生



ふかふかで和の香り漂う池波流ホットケーキ
番組特製レシピをご紹介します

材料 ~ 4枚分 ~

| | |
|-----------|-------|
| 小麦粉（薄力粉） | 150g |
| ベーキングパウダー | 小さじ2 |
| 上白糖 | 40g |
| 塩 | ひとつまみ |
| 卵（Mサイズ） | 1個 |
| 牛乳 | 140ml |
| はちみつ | 大さじ1 |
| サラダ油 | 大さじ1 |
| バニラエッセンス | 少々 |

<シロップ>

| | |
|------|-------|
| 黒砂糖 | 100g |
| きび砂糖 | 100g |
| 水 | 100ml |

<バター>

| | |
|-----|----|
| バター | 適量 |
|-----|----|

作り方

Prepare
準備

■小麦粉（薄力粉）、ベーキングパウダーを合わせてふるう。

作り方

味わいのキメテは「和の香りが残るハイカラな味！」

Step 1 ステップ 1

ボウルにふるった小麦粉（薄力粉）、ベーキングパウダー、上白糖、塩を入れて泡立て器で混ぜ合わせておく。



Step 2 ステップ 2

別のボウルに卵を入れて溶き、はちみつ、バニラエッセンス、サラダ油、牛乳の1/3量を入れて混ぜ合わせる。



Step 3 ステップ 3

ステップ1の粉の中央をくぼませ、ステップ2を流し入れ、泡立て器で中央から円を描くように混ぜ、周りの粉を少しずつ混ぜ合わせていく。生地が硬くなってきたら残りの牛乳を少しずつ加え、全体になめらかになるまで混ぜる。



Step 4 ステップ 4

フッ素樹脂加工のフライパンを弱火でゆっくり熱し、手をかざしてほんのり温かいくらいになったら、レードル（玉じゃくし）1杯分の生地をフライパンの中心に流す。
※フライパンを熱しすぎないこと。
熱し過ぎた場合はぬれ布巾の上において冷ます。
※生地は、やや高い位置から真ん中に落とすように流し入れると自然に丸い形になる。



Step 5 ステップ 5

1分程焼き、表面全体にぶつぶつと穴があいてきたら、フライ返しでひっくり返し、裏面も1～2分、きつね色になるまで焼く。
※表面が乾かないうちに裏返す。



Step 6 ステップ 6

<シロップ>
・小鍋に材料を入れ、火にかける。
・泡立て器で混ぜながら煮て、沸騰したら火を止める。
・さらし（よく絞っておく）か目の細かい茶こしでこして、常温で冷ます。

※番組では少し多めの分量（ホットケーキ7～8枚分）で作っています。



Step 7 ステップ 7

ホットケーキを2枚重ねにして皿に盛り、常温のバターとシロップを添える。

