

つくね



材料

トウキ葉粉末……1g
鶏ひき肉……100g
長ネギ……1/3本
粉末ヤマイモ……適量
酒……大さじ1
塩……小さじ1/4
生姜汁……小さじ1/2

作り方

- ① 長ネギをみじん切りにする。
- ② 粉末ヤマイモを水（分量外）でとく。
- ③ ボールに全ての材料を入れ粘りが出るまでよく混ぜる。
適当な大きさにして鍋等に入れる。