



吉田農園 まるごとガレットブーケ

1～2人前 調理時間：30分 難易度：普通

材料

【生地】

そば粉	40g
塩	ひとつまみ
A)全卵	1個
A)牛乳	50cc
A)野菜ジュース	50cc

【包む具材】

★練馬産野菜
(レタス、葉物、根菜、トマト等)
蒸し鶏、スモークサーモン等
ドレッシング



作り方

- ①吉田農園で★練馬産野菜を仕入れる（笑）☞ここ重要！
色々な種類の野菜を入れると美味しいよ♪
- ②Aの材料を混ぜ合わせておく。
- ③ボウルにそば粉と塩を入れ、②を少しずつ加えながらホイッパーでダマが無くなるまでよく混ぜる。
※生地は30分～1時間くらい冷蔵庫で休ませる
※粉が沈殿するので、焼く直前にもよく混ぜる
- ④テフロン加工のフライパンを中火にかけ、油を薄くしき、③の生地を流し入れ、フライパンの側面まで薄く広げる。
- ⑤片面が焼きあがったら、まな板に移し、あら熱をとる。
- ⑥⑤生地中央に★練馬産野菜を乗せ、ドレッシングをかけて花束のように巻いたら完成。

※レシピはご家庭向けに一部アレンジしており、イベントや店舗販売品とは味が異なる場合があります。



FacebookにてNerima若手ChefsClubの活動情報を発信中！

出店情報やオリジナルレシピを順次公開予定！Facebookページにて「NCC」で検索！