

お好み焼き  
もんじゃ  
鉄板焼き

専門店

# KANSAI

# 焼き方マニュアル

まずは

鉄板の準備



①

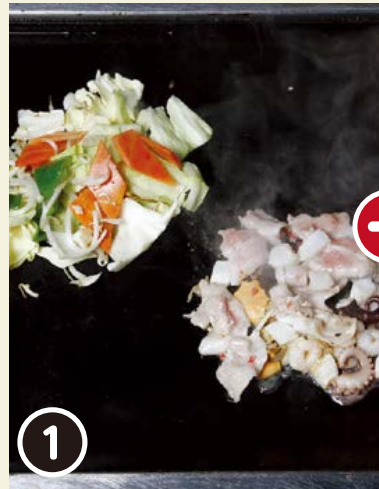
鉄板が熱くなったら、油を1/2杯くらいたらしめます。



②

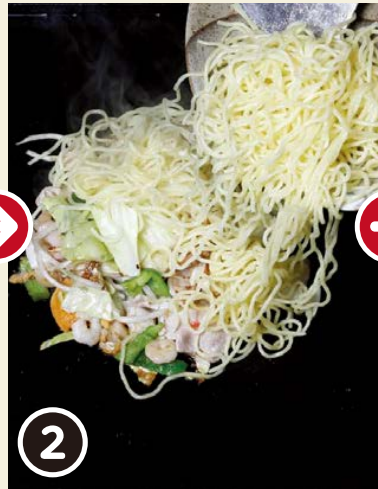
大きいヘラで油をよくのばします。油を引きすぎると煙が出ますのでご注意ください。

焼きそば



①

野菜・肉を鉄板の上にのせ、炒めます。



②

炒めた野菜・具の上に麺をのせます。



③

だし汁をかけ、蒸し焼きにします。



④

鉄板の片側にうつし、水分を飛ばしながら、よく混ぜ合わせます。



⑤

たれをかけます。(写真はソース)



⑥

ソース・たれ・めん・具とよくからめます。



⑦

青のり・紅生姜をかけて出来上がり。

