

ふな焼き



料理のいわれ

那賀地方で戦前から食べられていたおやつ。

昔は黒砂糖と炭酸を使い、牛乳でなく水で生地を練りました。

名前の由来は、昔はかまどの上においた「ほうらく」という鍋で焼かれていて、その鍋の底が船の底に似ていたので、「船焼き」と言われたという説があります。大きく焼き、切り分けて食べます。

昭和40年代にホットケーキミックス粉が一般家庭へ浸透するとあまり作られなくなりましたが、中学校の調理実習で好評です。

材 料

小麦粉	200g
ベーキングパウダー	小さじ1
牛乳	1カップ
卵	1個
砂糖	大さじ3
油	適宜

作り方

- ① 小麦粉とベーキングパウダーはいっしょにふるう。
- ② ボールに卵、砂糖、牛乳を入れよく混ぜ、①を加えてとろりとなるまで混ぜる。
- ③ フライパンを熱し、油を塗って②の生地を全て入れて弱火で焼く。片面が焼けたら裏返して、もう片面も焼く。
- ④ 皿に取り、切り分ける。

※ 甘さ控えめのため、好みではちみつ等をつけてもよい。