

あじ
おうちでも味わおう！

きゅうしょく

給食レシピ

うめあ ちくわのかりかり梅揚げ

しょうがっこう
小学校

11/21 (金) 登場！



ざいりょう にんぶん
材料(4人分)

ちくわ(煮込み用) 2本

こむぎこ おお
小麦粉 大さじ3

ゆかり粉 小さじ2

かりかり梅 2つ

みず
水 40ml

あ あぶら てきりょう
揚げ油 適量

つく かた
作り方

- ① ちくわ…縦半分に切る カリカリ梅…種を除き、みじん切り
- ② ① をボウルで合わせて衣をつくる。※衣は混ぜすぎないのがポイント
- ③ ちくわを加えて衣をまぶす
- ④ 180℃の油で軽くきつね色になるまで揚げる。



こんかい きゅうしょく ていきょう おな し あ
今回は給食で提供するものと、同じような仕上がりになるよう、煮込み用ちくわを使い、かりかり梅は市販のものを使ったレシピにしました。ぜひお試しください。