

はなっこりーのかき揚げ



材 料(4人分)

- ・はなっこりー・・・・・・・・・・1袋
- ・じゃがいも・・・・・・・・・・200g
- ・まいたけ・・・・・・・・・・1袋
- ・干し桜えび・・・・・・・・・・10g
- ・人参・・・・・・・・・・小1本
- ・天ぷら粉・・・・・・・・・・カップ1/2
(別に少量使用)
- ・水・・・・・・・・・・カップ1/2

作り方

- ①はなっこりーは5cmに切る。じゃがいも、人参は3mmの拍子木(ひょうしぎ)切りにする。
- ②①に天ぷら粉を少量まぶしておく。
- ③天ぷら粉と水を混ぜ、②を加えてざっくり混ぜる。
- ④③をお玉ですくい、180℃の油で揚げる。

レシピ提供 防府市生活改善実行グループ連絡協議会 サンサングループ