

レバーのオーロラソース

材料:4人分

若鶏レバー	180g
しょうが	少々
しょうゆ(こいくち)	..	小さじ1・1/2
酒	小さじ1弱
片栗粉	大さじ3
揚げ油	適宜
にんじん	30g
トマトケチャップ	..	大さじ2
砂糖	小さじ1強
ソース	小さじ1強

学校給食の分量です。ご家庭で作る場合は分量の調整をしてください。

作り方

- ① レバーは一口大に切り、水につけ、血抜きをする。しょうがはすりおろす。
- ② レバーは、しょうが、しょうゆ、酒を合わせ、下味をつける。
- ③ レバーに片栗粉をつけ、170℃の油で揚げる。
- ④ にんじんはすりおろす。
- ⑤ 調味料を合わせ、にんじんを入れ、煮る。
- ⑥ レバーを加え、和える。