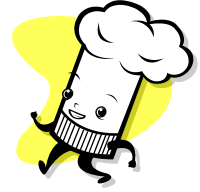


さばのたつた揚げ



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。

材料:

さば	4切れ
しょうが	少々
しょうゆ (こいくち)	小さじ 2
酒	小さじ 1 強
片栗粉	40 g
揚げ油	適宜

作り方:

- ① しょうがはみじん切りにする。
- ② しょうゆ、酒、しょうがを合わせ、さばに下味をつける。
- ③ さばの汁気をきり、片栗粉をつけ、170～180℃の油でからっと揚げる。