河東中学校　5組8班　生徒考案

おいしい😋🍴鯵料理

料理名：カレー風味の竜田揚げ

～ 材料と分量（５人分）～

材料	分量	調理道具
鯵　切り身	１０枚	ピンセット
A酒	大2	大さじ
A醤油	大3	大さじ
A生姜のすりおろし	小2	小さじ
片栗粉	適量	ビニール袋
揚げ油	適量	おろし金
カレー粉	適量	
乾燥わかめ	3g	
ミニトマト	１０～１５個	
ポン酢、めんつゆ	各大2	
砂糖	小1	
鰹節	ひとつかみ	
白いりごま	大3	

作り方

下準備
あじは三枚おろしにし、小骨をピンセットなどで取り除く。3～4等分にする。
①ビニール袋にAを入れて口を絞り１０分ほどつける。

②別のビニール袋に片栗粉とカレー粉を入れて①のあじの汁けをきって入れ、しっかりとまぶす。

③フライパンに1㎝くらいの深さになるように揚げ油を入れ熱しあじを2～3回に分けて入れて揚げ焼きにし、取り出す

カリカリ食感にカレー風味が効いています。