

★今月の給食の新メニューです★

レシピを紹介します

豚こま天



《材料》 4個分

豚ヒレ肉(40g)・・・4ヶ 塩・・・適量 こしょう・・・適量
しょうが・・・0.4g 料理酒・・・5.6g 小麦粉・・・5.6g
青しそ・・・1.5g 卵・・・25g 水・・・30cc 小麦粉・・・30g
揚げ油・・・適量

《作り方》

- ①豚肉に塩、こしょう、酒、おろししょうがで下味をつけ、小麦粉をふりこむ。
- ②青しそを千切りにする。
- ③卵、冷水と小麦粉をあわせ衣をつくる。
- ④衣に①と②を加えて軽く混ぜる。
- ⑤④を熱した油でカリッと揚げる。