

たらのおかか揚げ



冬が旬のたらを使っています。白身魚であっさりした味のたらに、けずりぶしをまぶしてうまみをプラスしています。けずりぶしをかるく煎ることで、香りがぐっとよくなります。

材料（一人分）

たら（角切り） 3 個（60 g）

酒 2 g

かたくり粉 8 g

油 適量

砂糖 2 g

しょうゆ 3 g

水 2 g

けずりぶし 1.5 g

☆ 材料は小学校中学年の一人分の量です。

作り方

- ① たらは酒をふり、かたくり粉をまぶす。
- ② ①のたらを 160～170℃の油で揚げる。
- ③ 別の鍋で、水・砂糖・しょうゆを煮立てる。
- ④ けずりぶしはから煎りする。
- ⑤ 揚げたたらに、③のたれをからめる。
- ⑥ ④のけずりぶしをまぶして完成。