

<学校給食 レシピ紹介>

ししゃもの南蛮漬け



【材料】 4人分

ししゃも …12尾
片栗粉 …大さじ2
揚げ油 …適量

A しょうゆ …大さじ1/2
砂糖 …大さじ1
酢 …大さじ1/2
ねぎ …1/8本
一味唐辛子…少々

【作り方】

- ①ししゃもに片栗粉をまぶして揚げる。
- ②ねぎは輪切りにし、Aの調味料を煮立てて、たれをつくる。
- ③揚げたししゃもにたれをからめる。

★あじやわかさぎでもおいしく作ることができます。

※材料はすべて4人分です。

※学校給食のメニューを家庭向けにアレンジしています。