

つくってみませんか？

青のりを入れた料理を磯辺といいます



<ちくわの磯辺揚げ>

材料(8こ分)

焼きちくわ(1/4カット)	… 2本
小麦粉	… 40g
水	… 40cc
青のり	… 小さじ1
揚げ油	… 適量

作り方

- ① ちくわは長さを半分に切り、さらに縦半分に切る。
- ② 小麦粉、水、青のりを混ぜて衣をつくる。
- ③ ちくわを加えて衣に混ぜ、170°Cの油で軽くきつね色になるまで揚げる。

