

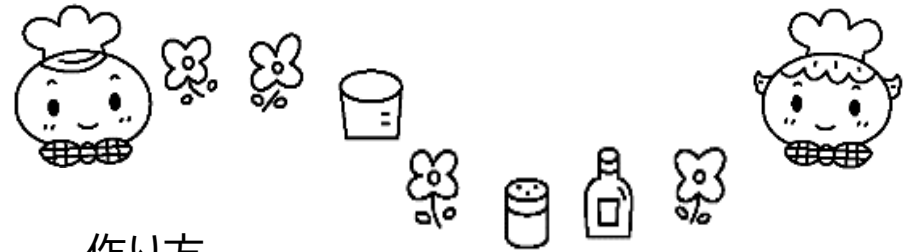
つくってみませんか？

旬のかつおをおいしくいただく♪

<かつおフライ・ソースかけ>

材料(4人分)

かつおフライ 50g	…	4こ
揚げ油	…	適量
○中濃ソース	…	大さじ1
○しょうゆ	…	大さじ1
○さとう	…	大さじ1
○みりん	…	小さじ1
○水	…	大さじ2



作り方

- ① かつおフライは180℃の油でカラッと揚げる
- ② ○の調味料を鍋に入れて煮立たせて、たれをつくる
- ③ 揚げたてのフライに、たれをかける

