

ワカメのかき揚げ



材料
(4人分)

生ワカメ	150 g	ゴマ油	小さじ1
玉ネギ	1個	天ぷら粉	適量
乾燥小エビ	30 g	揚げ油	適量
にんじん	小1/2本		

作り方

- (1) ワカメは湯通しして食べやすい大きさに切り軽く水気を絞る。
- (2) にんじんは、せん切りにする。
- (3) 玉ネギは、スライスする。
- (4) ボウルに(1)、(2)、(3)と小エビを入れゴマ油をたらしてよく和える。
- (5) (4)のボウルに天ぷら粉を振ってよくまぶした上で、冷水で溶いた天ぷら粉を加えてさっくり和える。
- (6) 揚げ油を180℃に熱し、しゃもじなどで適量とった(5)を入れカラリと揚げる。

一口メモ

- ・塩か天つゆで食べると美味しい。