

かき揚げ

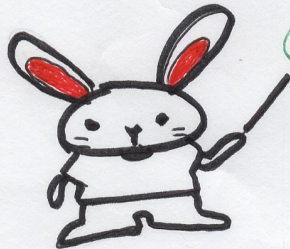


材料 (3人分)

- さつまいも 1本
- ごぼう 1/2本
- 玉ねぎ 1/2個
- イカ 1ぱい
- 卵 1個
- 冷水 50~100cc
- 小麦粉 2/3カップ
- サラダ油 適量

作り方

1. さつまいも、ごぼうは千切りにして水にさらします。
2. 卵と小麦粉を混ぜます。
冷水を少しずつ入れ サッと混ぜます。
あまり混ぜすぎないのがポイントです！
3. ボウルに さつまいも、ごぼう、玉ねぎ、イカを入れ 軽く混ぜます。
スプーンで一口大にまとめて 180℃に熱した油でカラッと揚げます。



コツ ポイント

野菜から水分が出るので
しっかりとめの衣にしています。