

1月の給食より

はんぺんのカレー揚げ



材料（4人分）

はんぺん 4枚
純カレー粉 小さじ1/3

※ { 溶き卵 大さじ2
かたくり粉 小さじ2
小麦粉 大さじ4
水 大さじ4

揚げ油 適量

《作り方》

- ① ※印の材料をさっと混ぜ合わせ、衣を作る。
- ② はんぺんに衣をまぶし、油（180℃）で揚げる。
（はんぺんは、温度が上がるとかなり膨らむので、一度にたくさん入れすぎないように注意して下さい！）

はんぺんの代わりに、ちくわを使っても作ることが
できます。衣にカレー粉ではなく、青のり粉を混ぜ込むと「いそべ揚げ」になるので、いろいろアレン