## ★カレイのかばやき風

令和２年６月

【材料】（６切れ分）

| | |
|---|---|
| カレイ切り身（生） | ５０ｇ×６切れ |
| 酒 | 少々 |
| しょうが汁 | 少々 |
| 片栗粉 | 大さじ２ |
| 小麦粉 | 大さじ２ |
| 揚げ油 | 適量 |
| ●砂糖 | 大さじ１ |
| ●みりん | 小さじ１ |
| ●しょうゆ | 大さじ１ |
| ●しょうが汁 | 小さじ１ |
| ●水 | ３０ｃｃ |

【作り方】

① カレイにしょうが汁、酒をまぶしておく。
② ●を鍋に入れ、火にかけてたれを作っておく。
③ ①に小麦粉、片栗粉を合わせたものをまぶす。
④ ③を油で揚げる。
⑤ カレイが熱いうちに②のたれにからめる。

※カレイ以外の白身魚でもできます。
※保育所でも人気のメニューです。

善通寺市　子ども課