



★カレイのコーンクリームピカタ

令和2年

【材料】(子ども10人分)

カレイ 40g×10切
塩 少々
片栗粉 大さじ6
コーンクリーム缶 1缶
(約400g)

【作り方】

- ① カレイに塩少々をふり、下味をつける。
- ② コーンクリーム缶に片栗粉を混ぜる。
- ③ カレイに②をまぶし、油をひいてフライパンで焼く。

※クリームコーンに甘味があり、子どもに食べやすい味になっています。

※卵、小麦粉、バターを使っていないので、アレルギーのお子さんにもおすすめです。



善通寺市 子ども課