

給食のレシピ紹介コーナー



今月は、11月のふるさと給食で作ったレシピを紹介します。
院内町で養殖されているどじょうは泥臭くなく、とてもおいしいから揚げになります。
機会があればお家でも作ってみて下さいね。

どじょうのから揚げ

材料	分量（4人分位）
どじょう	120g
酒	大さじ1
片栗粉	10g
米粉	10g
揚げ油	
塩	適量
こしょう	適量

【 作り方 】

- ① どじょうは、水で洗い酒をふっておく。（フタをしないと飛び出します）
- ② どじょうが静かになったら、ザルで水けをきり、片栗粉と米粉を混ぜた粉をまぶして油でカリッとなるまで揚げる。
- ③ 揚がったら、塩こしょうをふる。

給食では、11月に毎年作る
定番メニューです。
ふっくらおいしいどじょうの
から揚げです。

