

# 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。

