



鯖の竜田揚げ

～秘伝の煮汁和え～

【材料】 3～4人分 所要時間:約10分

鯖:切身(3枚におろしたものの4切)

塩・こしょう:少々

片栗粉:適量

秘伝の煮汁:大さじ3～4杯

ごま

【作り方】

- ①鯖を一口大に切り、塩こしょうで味付けする。
- ②片栗粉をまぶして、油でカリッとするまで揚げる。(170℃の油で3～4分くらい)
- ③揚げた鯖を熱いうちにボウルに入れて、秘伝の煮汁を絡める。仕上げにごまをまぶして出来上がり。