

料理名：ちくわの磯辺揚げ

【写真】



【材料（4人分）】

- ・ちくわ 8本
- ・小麦粉 大さじ4
- ・青のり 大さじ2
- ・水 適量
- ・揚げ油 適量

【作り方】

- ① ちくわは半分に切る
- ② 小麦粉、青のり、水を合わせて衣を作る。
- ③ ちくわに衣をつけて、油で揚げる。

【ポイント】

- 衣に青のりと刻み紅しょうがを加えると、「ちくわのお好み焼き揚げ」、カレー粉を加えると「ちくわのカレー揚げ」、にんじんおろしを加えると「ちくわの紅葉揚げ」と、バリエーション豊富です。
- 小さめにちくわを切ると、お弁当にもぴったりです。

