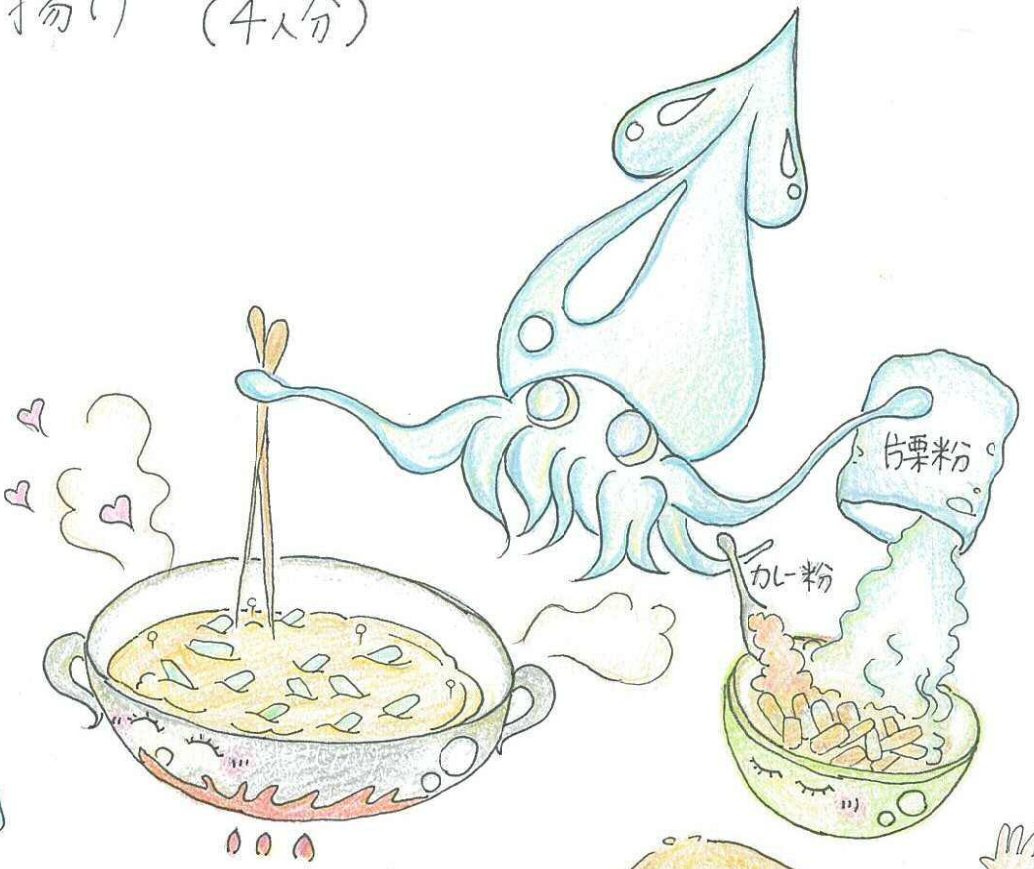
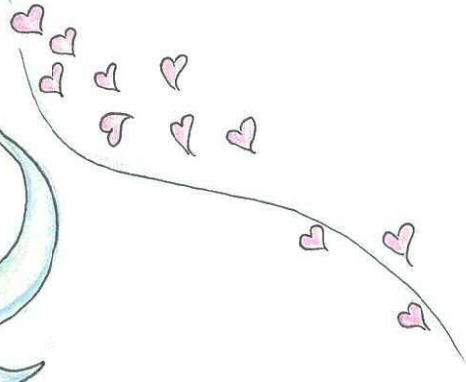
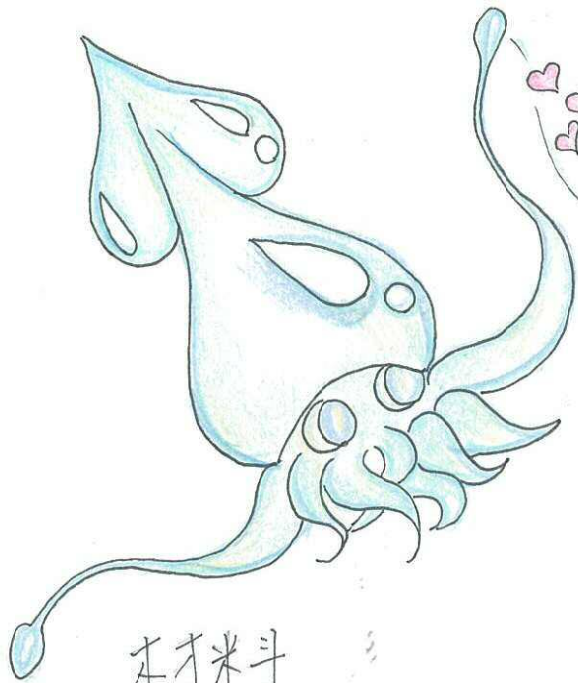
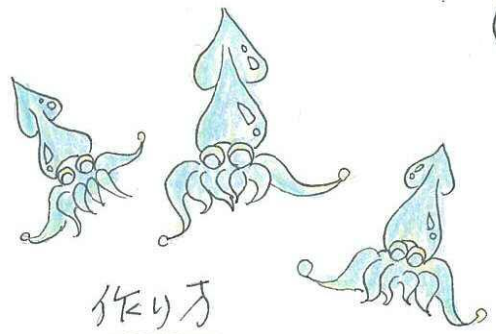


いかの更紗揚げ (4人分)



材料

いか	160g
しょうが	4g
さとう	4g
しょうゆ	8g
(片栗粉)	20g
(カレー粉)	1g
油(揚げ油)	



作り方

1. いかは、幅1cm、長さ5cmの短冊切り
すりおろしたしょうが・さとう・しょうゆで下味をつける。
2. ①の水分を取り、片栗粉とカレー粉を混ぜ
合わせたものをぶし油で揚げる。

