



相生で人気の

めかじきの薄衣揚げの

春野菜添え

をご紹介します！！



一人前	
めかじき	60g
(一切)	
濃口醤油	1cc
日本酒	1cc
てんぷら粉	12g
発泡酒	11cc
菜の花	1~2本
人参(花型)	1~2枚
うどの茎	40g
薄口醤油	2cc
みりん	1cc



- ① めかじきは、酒、濃い口醤油で下味をつけておく。
- ② 付け合せの菜の花は食べやすい大きさに切り、人参は花型にしてそれぞれ色よくゆでる。
- ③ うどは薄くスライスし、素揚げする。
- ④ てんぷら粉を発泡酒で溶き、めかじきにころもを付けて揚げる。
- ⑤ 盛り付け・・・皿に、④のめかじきをのせ、菜の花、うど、人参を添えて出来上がり！



他の春野菜や魚を使用しても良いと思います♪

※ご感想などどうぞお寄せください。お待ちしております。