

さばの竜田揚げ

原材料	四人分	
さば切り身	4	切
しょうが	少々 (1.5g程度)	
酒	小さじ1弱	
みりん	小さじ1弱	
しょうゆ	小さじ2と1/2	
かたくり粉	大さじ4	
揚げ油	適量	



〈作り方〉

- ①しょうがをおろし、しょうがからしょうゆまでを合わせて漬けだれを作る。(A)
- ②さばをAのたれに30分程度漬け込む。
- ③②のさばにかたくり粉をまぶし、180℃の油でしっかり火が通るまで揚げる。

〈一口メモ〉

- ※お好みでしょうがの量を調整してください。
- ※漬けだれに魚を漬け込む際、魚の水気をしっかりふきとってください。