

魚の揚げ煮



<材料> 4人分

白身魚 …250g (4切れ)

片栗粉 …36g (大さじ4)

植物油 (揚げ油用) …適量

しょうが…5g

水 …30ml (大さじ2)

★ 砂糖 …10g (大さじ1強)

みりん …10g (小さじ1と1/2)

しょうゆ…10g (小さじ1と1/2)

<作り方>

・しょうが すりおろして、しぼる

①タレをつくる。

★を混ぜ合わせ、煮立たせる。

②魚に片栗粉をつけ、油で揚げる。

③タレに揚げた魚をくぐらせる。