

谷原小学校給食レシピ

# 沖縄風魚の天ぷら

～味つきの衣でそのままパクッと！～



## 材料(4人分)

白身魚(50g程度)	4切れ
酒	10g(小さじ2)
こいくちしょうゆ	12g(小さじ2)
小麦粉	40g
卵	26g(1/2個)
塩	1g
水	30cc(大さじ2)
揚げ油	適量

## 作り方

- 【1】 魚に酒としょうゆをふりかけ下味をつけておく。
- 【2】 小麦粉～水までを合わせ衣をつくる。  
※ 魚にたっぷり衣をつけたいのでかために。
- 【3】 油を熱し、魚に衣をつけて揚げる。