

あなごときすの天ぷら

(F-54)



材料 4人分

調理時間 20分

材料費 円

一人分のカロリー 500kcal

季節 夏

カード 有り

味

コース

材料

あなご	4尾
きす	8~12尾
日清コツのいらない天ぷら粉	適量
めんつゆ	適量
揚げ油	適量

作り方

- ①あなごは長さを半分に切ります。
- ②天ぷら粉に同量の水を混ぜ合わせて衣とします。
- ③あなごときすにそれぞれ衣をつけ、天ぷらを揚げます。
- ④削りたて鰹つゆをお湯で3倍にのばして天つゆとし、薬味と共に天ぷらに添えます。

