

➔ ちくわの利久揚げ



材 料(4人分)

小麦粉	20g
でん粉	4g
黒ごま	4g
水	適量
焼きちくわ(20)	8個
揚げ油	適量

➔ 作り方

1. 小麦粉・でん粉・黒ごまを合わせ、水を入れる。(水は少しずつ加えながら、まとまりやすい堅さ(耳たぶよりも少しやわらかい程度)にする。)
2. 揚げ油を170℃に熱する。
3. ちくわに[1]を付けて揚げる。

* コツ・ポイント *

給食で使用する焼きちくわはミニちくわです。家庭で作る場合は、市販のちくわを1/2または1/3に切って使用すると良いでしょう。
利久揚げとはごまをまぶして揚げた料理のことをいいます。