

「県内水産物普及のための中川一恵先生のお魚料理講習会」より

いばらきの「水産加工品」簡単レシピ⑥

川海老とモロヘイヤのかき揚げ



<材 料>

川海老釜揚げ.....100g
モロヘイヤ6 枝
衣 { 卵水 1カップ
小麦粉 1カップ
塩適量
揚げ油適量

<作り方>

- ① モロヘイヤは葉を摘み、大きいものは半分に切る。
- ② 衣を作り、①と川海老を混ぜかき揚げにする。揚げたてに塩を振る。

提供 中川学園調理技術専門学校／茨城県水産物開発普及協会