

# かつおの磯風味

| 材料      | 1人分(g) |
|---------|--------|
| かつおの角切り | 60     |
| でんぷん    | 適宜     |
| 揚げ油     | 6      |
| 濃口しょうゆ  | 2.5    |
| さとう     | 1.5    |
| みりん     | 0.5    |
| 土しょうが   | 0.2    |
| 青のり粉    | 0.2    |
|         |        |
|         |        |



## 作り方

- ①土しょうがはみじん切りにする。
- ②かつお角切りはでんぷんをつけて170度の油でカラッと揚げる。
- ③濃口しょうゆ・さとう・みりん・土しょうが・青のり粉・水1人3ccを煮立たせ、②を加えからませる。