

## とっておきレシピ RECIPE

### 緑豆もやしのかき揚げ



#### 材料

(2~3人前)

緑豆モヤシ(100g)

ニンジン(50g)

海老(大3尾)

さやいんげん(30g)

小麦粉(2大)

#### 衣【A】

水(1/2C)

塩(少々)

小麦粉(1/2C強)

#### 作り方

1. ニンジンは太めのせん切りにする。海老は殻と背ワタをとり、4つに切る。
2. 大きめのボールに(1)をいれて小麦粉を大2まぶす。
3. (2)のボールに【A】の衣を加えてさっと混ぜる。
4. 煙りが立つ前くらいまで熱した油(200℃位)に(3)を平に流し入れて、中火でじっくり4~5分ほど揚げる。何度か裏返して揚げる。塩や天つゆでいただく。