

クリスピーフィッシュ

材料（中学年4人分）

タラ切身 4枚
（給食ではホキやメルルーサを使用）
塩 少々
こしょう 少々
酒 10g（小さじ2）

【衣】

薄力粉① 9g（大さじ1）
薄力粉② 27g（大さじ3）
水 30g（大さじ2）
コーンフレーク 90g

揚げ油 適量



作り方

- ①タラに塩・こしょう・酒で下味をつける。
- ②コーンフレークを粗く砕く。
- ③ ①の魚に薄力粉①をつけ、水で溶いた薄力粉②（バター液）、コーンフレークをつける。
※バター液：揚げ物の衣にするための生地。水分が多いと、パン粉がつきにくいので、よく混ぜながらドロッと固めに作る。水分量は固さをみて加減する。
- ④180℃の油で魚を揚げる。

クリスピーとは、「さくさくした軽い食感」という意味です。コーンフレークのさくさくとした食感を楽しみながら食べてください。お好みでソースをかけても、美味しく食べられます。