

里芋のフリッター

<材料4人分>

・里芋	200g
マヨネーズ	大さじ3
小麦粉	大さじ1と1/2
米粉	大さじ1
A ベーキングパウダー	0.4g
塩	0.6g
こしょう	少々
水	30ml
・揚げ油	適量

<作り方>

- ① 里芋は皮をむいて、2cm角に切り、塩もみしておく。
- ② Aを混ぜ合わせ、衣を作る。
- ③ 里芋の塩を洗い落とし、水を切る。
- ④ 油を熱し③の里芋を衣にくぐらせて、里芋に火が通るまでじっくり揚げる。



<ポイント>

- ★里芋の塩もみをすることによって表面のぬめりを取ることができます。
- ★衣にマヨネーズを入れることにより、ふわっとした衣になります。給食では、エッグフリーマヨネーズを使用しています。

