

## 高野豆腐の落とし揚げ

### <材料> 4人分

鶏ももひき肉・・・160g	しょうが・・・4g
高野豆腐・・・・・・20g（1枚）	にんにく・・・・2g
卵・・・・・・・・・・1/3個	塩・・・・・・・・0.8g（ひとつまみ）
酒・・・・・・・・・・小さじ2	でんぷん・・・・小さじ1
しょうゆ・・・・・・・・小さじ2	油・・・・・・・・適宜

### <作り方>

- ① 高野豆腐は水に浸漬して軽く水気を切り、みじん切りにする。卵は割卵して溶いておく。
- ② しょうが・にんにくは、おろし金ですりおろす。
- ③ 鶏ももひき肉に、①と②、溶き卵、酒、しょうゆ、塩、でんぷんをボウルに混ぜる。
- ④ スプーンですくって一口大の大きさにまとめ、油に入れてからりと揚げる。



### <ポイント>

④の手順をスプーンでする代わりに手に少し油を付けて、丸くまとめて揚げてもよいです。