

ちくわ こめこ ちゃあ 竹輪の米粉お茶揚げ

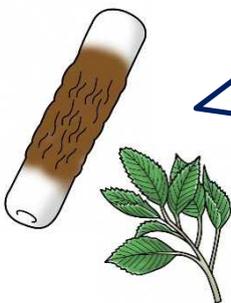


ざいりょう 材料【4～5人分】

ちくわ 竹輪	ほん 10本	てん あぶら 天ぷら油	てきりょう 適量
こめこ 米粉	おお 大さじ6	みず 水	てきりょう 適量
ちゃあ 茶葉	てきりょう 適量		

つく かた ～ 作り方 ～

- ちくわ どうぶん き
① 竹輪は2等分に切っておく。
- こめこ ちゃあ てきりょう みず くわ ま ころも つく
② 米粉と茶葉、適量の水を加えて混ぜ、衣を作る。
- き ちくわ ころも あぶら あ
③ 切った竹輪に②の衣をつけて、180℃の油で揚げる。



ちくわ
竹輪は、いとよりだいなどのさかなのすり身で作られています。
ころも こめこ つか
衣に米粉を使っているなので、カラッと軽い仕上がりになります。
ちゃあ しゅうかく し きに きせつ かん ひとしな
お茶の収穫の時期に、季節を感じられる一品です。