

## 2. しいたけのすり身入香味揚



|                                 |      |     |        |    |
|---------------------------------|------|-----|--------|----|
| 材<br>料<br>(<br>4<br>人<br>分<br>) | しいたけ | 8枚  | 揚げ油    |    |
|                                 | イワシ  | 中8匹 | レモン    | 1個 |
|                                 | サラダ菜 | 1輪  | *①味噌   | 適量 |
|                                 | 人参   | 1本  | *①酒    | 適量 |
|                                 | ネギ   | 少々  |        |    |
|                                 | しょうが | //  | **②片栗粉 | 適量 |
|                                 | パセリ  | //  | **②小麦粉 | 適量 |
|                                 | 卵    | 1個  | **②パン粉 | 適量 |

- 作  
り  
方
- (1) しいたけは石づきを取り、カサの部分は切れ目を入れ水分をよく拭き取っておく。
- (2) イワシは3枚にして、すり身にし、人参・ネギはみじん切りにし、しょうがは擦り\*①を混ぜる。
- (3) しいたけの内側に片栗粉を付け、すり身を入れ、小麦粉・パセリ入りとき卵・パン粉を付け油で揚げる。
- (4) 器にサラダ菜を敷き、レモン・ケチャップを添えて盛りつける。

一  
口  
メ  
モ