

みんなの大好きメニュー！

ホキのカレー揚げ



材 料(4人分)

ホキ	1人1切れ
おろしにんにく	小さじ1/4
砂糖	大さじ1弱
しょうゆ	小さじ1弱
酒	大さじ1/2
カレー粉	小さじ1/2
小麦粉	適量
揚げ油	適量

作 り 方

- 1 おろしにんにく、砂糖、しょうゆ、酒、カレー粉を合わせて調味液を作る。
- 2 調味液で魚に下味をつける。
- 3 ②に小麦粉をまぶして180℃の油で揚げる。

さばなどの切身でも美味しく出来ます。