



みんなの大好きメニュー！

ホキの青のり揚げ

作 り 方

- 1 ホキは塩こしょうで下味をつけておく。
- 2 小麦粉、青のり粉を混ぜ合わせる。
- 3 少しずつ水を加えて混ぜ、衣を作る。
(水分量は固さを見ながら加減してください。)
- 4 ホキを衣にくぐらせ180℃に熱した油で揚げる。

※ 他の白身魚でもおいしく作れます。

材 料 (4人分)

ホキ	4切
食塩	少々
こしょう	少々

小麦粉	40g
青のり粉	小さじ1
水	約60cc
揚げ油	適量