れんこんチップス

子どもたちに大人気のれんこんチップス。

カリっと食感良く仕上げるにはコツがいりますが、ぜひおうちでも作ってみましょう！

材料	使用量（４人分）
れんこん	150ｇ
揚げ油	適量
塩	適量

＜作り方＞

①れんこんはたわしでよく洗い、皮付きのまま１mm程の厚さの輪切りにする。（スライサーで切ってもOK です。）

②カットしたれんこんを、水でよくさらす。
（水の濁りがなくなるくらいまでよくさらすと、油の中でれんこんがくっつかずきれいに揚がります。）

③水をよく切って、170℃くらいの油でからりと揚げ、熱いうちに塩をふる。

＜おいしく作るポイント＞

- 油に入れる時は、一度にたくさん入れすぎず、あまり重ならないように入れましょう。
- 油の温度が低すぎるとべたべたに、高すぎると焦げて苦くなってしまいます。中温（170℃程度）でじっくり揚げましょう。
- 菜箸などで触れて、カラッと乾いた音がしてきたら取り出して OK の合図です！

※本レシピは、学校給食をご家庭で作りやすい量・手順に調整し、掲載しております。

他のレシピもご覧になりたい方は、
岐阜市ホームページをご覧ください。

HP 番号
1003875

岐阜市教育委員会　作成