

【 はもの磯部揚げ 】



材料

- はも……………適量
- 青海苔……………大さじ2
- 小麦粉……………1カップ
- 卵……………1コ
- 水……………1 / 2カップ

作り方

1. はもを一口サイズに切り、塩コショウで下味をつける
2. 卵と水をいれ、割りほぐし、そこに小麦粉、青海苔を入れてざっくり混ぜる。
3. 170～180度くらいに温まった油で揚げて出来上がり！

おまけ

はもを磯部揚げ？！っておもうかもしれませんが、

これはこれで美味なのです(笑)

てんぷら粉で揚げればもっと簡単にできますね(^^)