

揚げささみのしモン煮



材料（10本分）

ささみ（すじとり）・・・10本

かたくり粉・・・・・・・・適量

揚げ油

〈たれ〉

さとう・・・・・・・・大さじ2

しょうゆ・・・・・・・・大さじ2

レモン汁・・・・・・・・小さじ2

（からめやすくするために
水を足してもよいです）

作り方

①ささみにかたくり粉をうすくつけて、油で
から揚げにする。

②たれの調味料を混ぜ合わせて
さとうをよく溶かす。

③から揚げとたれをからめる。

※さとう、しょうゆ、レモン汁は1：1：1で
覚えやすいです。

