

さけ

鮭のナゲット



【材料】(2人分)



Ⓐ	生鮭の切り身	2~3切れ	ケチャップ	この好みで
	たまご 卵	1個		
	たま 玉ねぎ	1/4個	【飾り野菜】	
	こむぎ 小麦粉	おお 大さじ1~1と1/2	サラダ菜	
	しお 塩、こしょう	しょうしょう 少々	パセリ	
	おろし生姜	かけぶん 1片分	プチトマト	など
	あ 揚げ 油	てきりょう 適量		

① 生鮭は皮と骨を取り除き、玉ねぎはみじん切りする。

② Ⓜの材料をフードプロセッサーにかけ混ぜる。

③ 油を温め②をスプーンですくって落とし揚げにする。

④ 飾り野菜とともに、お皿に盛り付けて出来上がり。

しょくいく
食用レシピコレクション
おうぼ
応募322通の中から選ばれました。

