



新之助 アレンジレシピ

©新潟ウチごはんプレミアム



◆◆ 若木 ふよ子さん (ワイオリキッチン) 考案 ◆◆

季節のタレカツ丼

レシピを動画でみる▶▶



材料(2人分)

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| ◆新之助……………適量 | ◆れんこん、さつまいも、ピーマンなど…適量 |
| ◆豚もも肉(ブロック)…150g~200g | ◆揚げ油……………適量 |
| <衣> | <たれ> |
| ◆米粉(または小麦粉)…大さじ1~2 | ◆酒……………大さじ4 |
| ◆パン粉……………適量 | ◆しょうゆ……………大さじ2 |
| ◆溶き卵……………1/2個 | ◆砂糖……………大さじ2 |

作り方

- ①たれの材料を鍋に入れて火にかけ、沸騰したら弱火に30秒ほどかける。
- ②れんこん、さつまいもは7~8ミリの輪切りにする。ピーマンは縦半分に切る。
- ③豚肉は1cm幅に切り、麺棒や空き瓶の底などでたたいて薄くのばす。
- ④③に米粉、溶き卵、パン粉の順に衣をしっかりとつける。
- ⑤揚げ油を中温に熱し、②を素揚げし、火が通ったら取り出し、油を切る。
- ⑥④を入れて揚げる。両面がきつね色になったら取り出し、たれにくぐらせる。
- ⑦器に新之助を盛り付け、タレを適量かけ、⑤、⑥を盛り付ける。
タレをまわしかける。