



30分

1人分あたり  
555  
kcal

おつまみにもおすすめ♪

# 牛肉の大葉チーズカツ

DELISH  
KITCHEN

ヨークベニマル

おつまみにもおすすめ♪

# 牛肉の大葉チーズカツ

30分

1人分あたり  
555  
kcal



## 材料 (2人分)

牛切り落とし肉	200g
ベビーチーズ	3個 (45g)
大葉	3枚
塩	小さじ 1/4
こしょう	少々
サラダ油	適量

☆衣

薄力粉	大さじ 2
溶き卵	1個分
生パン粉	30g

- 1 ベビーチーズは横半分に切る。大葉は軸を切り落とし、縦半分に切る。
- 2 ボウルに牛肉を入れ、塩、こしょうを加えて揉み込む。6等分にし、大葉、ベビーチーズを1切れずつ順にのせて包み、丸く形をととのえる。同様に計6個作る。
- 3 薄力粉、溶き卵、生パン粉の順に衣をつける。
- 4 フライパンに底から2cm程度のサラダ油を入れて170°Cに熱し、3を入れて転がしながら肉に火が通り、全体がこんがりときつね色になるまで4~5分程揚げる。