

カリッと！ジューシー！

鮭の竜田揚げ

30分

1人分あたり

218
kcal

DELISH
KITCHEN



カリッと！ジューシー！ 鮭の竜田揚げ

30分

1人分あたり
218
kcal



材料 (2人分)

生鮭 [切り身]	2切れ (200g)
片栗粉	適量
サラダ油	適量
レモン	適量

☆下味調味料

おろししょうが	小さじ1
酒	大さじ1
しょうゆ	大さじ1

- 1 鮭は食べやすい大きさに切る。ボウルに☆を入れて混ぜ、鮭を加えて調味料をからめ、10分おく。
- 2 鮭の汁気をキッチンペーパーでふき取り、片栗粉をまぶす。
- 3 鍋に底から2~3cmほどのサラダ油を入れて170℃に熱し、鮭を入れる。表面がこんがりとし、火が通るまで揚げる。器に盛り、レモンを添える。