

ごぼうの 唐揚げ



ごぼうは、香りと栄養が逃げてしまうため
あまり水にさらしすぎないこと！



材料

ごぼう 120g
小麦粉(打ち粉用)
市販の唐揚げ粉
サラダ油(揚げ油) 適量

水洗いしたごぼう



ピーラーで剥いたごぼう



作り方

- ①ごぼうを軽く水洗いし、泥を落とす。
- ②ピーラーでごぼうを剥き、ざるに上げ、さっと水にさらし、あく抜きをする。
- ③水を切り、ごぼうを小麦粉で打ち粉をする。
- ④軽く水で溶いた市販の唐揚げ粉をまぶし、160～170度の油で揚げて完成。