



おうちで作ってみよう!



諏訪湖でとれるわかさぎ。
子ども達も大好きな味です。
郷土の味を味わいましょう!

わかさぎの甘辛あげ

<材料>

わかさぎ	120g
酒	小さじ1
上新粉 (または片栗粉)	20g
揚げ油	適宜
みりん	小さじ2/3
砂糖	小さじ1
しょうゆ	小さじ2/3

【作り方】

- ① わかさぎは、酒をふりかけておきます。
- ② 上新粉をまぶして、油で、カラッと揚げます。
- ③ しょうゆ・砂糖・みりんをレンジにかけ、20～30秒位煮立てる。
- ④ わかさぎと③をからめてできあがり。

お魚を揚げるときに、上新粉を使うと油が汚れにくいです。

ご家庭にあれば、やってみてくださいね。

たのしい おうち時間になりますように ♡