

レシピ: サゴシの春巻き

準備時間

10
分

調理時間

10
分

分量

2
人分

サゴシの春巻き

サゴシ



材料

サゴシ…180g(切り身、骨なし)

春巻きの皮…6枚

溶けないスライスチーズ…3枚

大葉…6枚

生姜のみじん切り…小さじ1

青ネギみじん切り…大さじ1

調味料

サラダ油(揚げ油)

小麦粉(春巻きの糊用)

柚子胡椒マヨネーズ(適量)

付け合せ

緑系の野菜など

作り方

1.サゴシを細かく切り、生姜・青ネギのみじん切りを加え包丁で叩く

2.春巻きの皮にチーズ1/2枚をのせその上に大葉を置き、1のサゴシをのせ包む。包んだ最後に小麦粉を水で溶いた糊で止める。

3.2を170℃の油で揚げる。

4.3をお皿に盛りつけ付け合せと柚子胡椒マヨネーズを添える。

*このメニューは関西大学北陽高校調理部の方によるレシピ開発したものです。(基本はアジで作りましたが、サゴシやサバなどでも美味しいです)

ワンポイントアドバイス

チーズは普通のスライス
チーズを使ってね。
とろけるチーズは揚げている時に流れ出てしまうからね!!
チーズは多くても美味しい!!

