# 給食し炒炒ピ紹介

### れんこんチップス

### **材料** (給食の量で2人分)

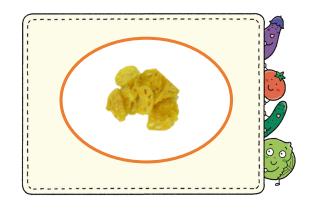
・れんこん

-・ 小麦粉 15g(大さじ2位)

・から揚げ粉(しょうゆ味) 15g(芳さじ2位)

・ 揚げ 油

潘青



## がた作り方

① れんこんは皮をむき、薄切りにする。

ください。)

- ② ①を氷につけ、あく抜きをする。
- ③ ボウルにAを入れてよく混ぜる。
- (4) ③に水分をよくふき取った②を入れて、混ぜ合わせる。
- ⑤ ④をザルに入れて振るい、れんこんについた条分な粉をはらっておく。
- ⑥ ⑤を  $170^{\circ}$ C~ $180^{\circ}$ Cの $^{\circ}$ 描で  $3\sim4$ 分程揚げ、カリッとさせる。(カリッとしていない詩は、声度揚 げる。)

#### ポイント

粉をれんこんにつける箭に、しっかりと水粉をふき取ってください。 影材は低めの温度で揚げ、最後は篙めの温度にするとカリッと揚がります。