JA全農とくしま

徳島県産農産物でつくる、美味しい・楽しい・簡単レシピ！

ブロッコリーの天ぷら

▼材料（2 人分）

○ブロッコリーの茎　…1 株分
○Ａ：
　・マヨネーズ　…各大 2
　・塩、こしょう　…各少々
○水　…大 4
○薄力粉　…大 2

▼作り方

① ブロッコリーの茎は、5mm 厚さに切る。

② Ａに水を少しずつ混ぜ、薄力粉を加える。

③ ①に②をつけ、170 度の揚げ油（分量外）で揚げる。

レシピ提供：料理研究家ＨＩＴＯＭＩ