

## 春人参とかぼちゃのさつま揚げ



### ▼材料（2人分）

- たら（鱈） …200g
- 春人参 …1/2 本
- かぼちゃ …1/8 個
- 木綿豆腐 …50g
- サラダ油 …適量
- A：
  - ・砂糖 …大1
  - ・塩 …少々
  - ・片栗粉 …大1

### ▼作り方

- ① たらは小骨を除き、豆腐は水切りをする。
- ② フードプロセッサーに春人参とかぼちゃの半量を攪拌し、Aを加える。
- ③ 4個に丸め、かぼちゃの薄切りを軽く押さえる。
- ④ サラダ油でからりと揚げる。