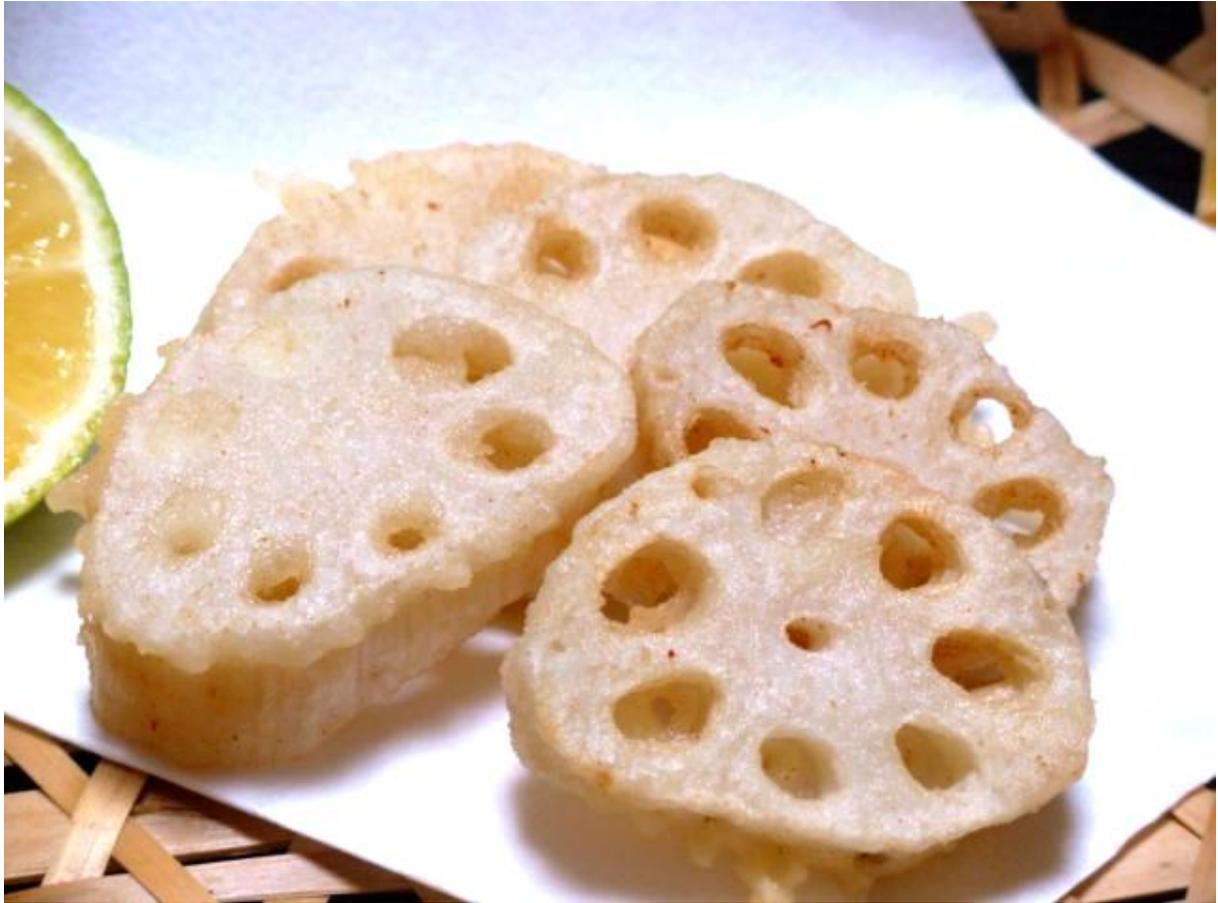


蓮根のすだち天ぷら



▼材料（2人分）

- 蓮根 …100g
- すだち …2個
- A：
 - ・卵 …1個
 - ・水 …50cc
- 薄力粉 …100cc
- 揚げ油 …適量
- 塩 …少々

▼作り方

- ① 蓮根は皮を剥いて5mmに切り、すだちの絞り汁の1/3量をふる。
- ② Aと残りのすだち絞り汁を混ぜ、薄力粉をさっくりと混ぜる。
- ③ ①を②に通し、揚げ油でからりと揚げ、塩をふる。