

食感が良く栄養満点！

現代
料理

マコモダケ料理

◎天ぷら

材料 (4人分)

マコモダケ… 2本
卵+冷水…… 1カップ
薄力粉……… 120g
揚げ油……… 適量

作り方

1. マコモダケは皮をむいて四つ割りにして4~5cm長さに切る。
2. 計量カップに卵を割り入れ、冷水を加えて1カップにする。ボールに移して薄力粉を加え、さっくり混ぜて天ぷらの衣を作る。
3. 揚げ油を170度に温めてマコモダケを2.の衣を通してカラリと揚げる。

