

卵除去

アレルギー食品除去食

あじのアーモンドフリッター

6月24日(小学校) 13日(中学校)



～メニュー～

- 牛乳
- ロールパン
- あじのアーモンドフリッター
→卵除去
- ミニサラダ
- アートソッパ
- グレープフルーツ

作り方

- ① あじに A で下味をつける。
- ② 小麦粉を水で溶き、アーモンドプードル、アーモンドスライスを加え混ぜる。
- ③ ①を②に潜らせて衣をつけ、170℃の油で色よく揚げて出来上がり。

あじのアーモンドフリッター

材料(1人分)

A	あじ	1切
	塩	0.4g
	こしょう	少々
	小麦粉	6g
	アーモンドプードル	5g
	アーモンドスライス	4g
水	適量	
	揚げ油	適量

油の温度に注意して、きつね色になるまで揚げましょう。アレルギー除去食は、卵を除去して作りました。衣はさっくりと、魚の身はふっくらと仕上がりました。