

アレルギー食品除去食 2月12日（中学校）

かますのアーモンドフリッター



卵を除去しました

～メニュー～ 中学校

- 牛乳
- ごはん
- **かますのアーモンドフリッター** • **卵除去**
- 野菜のさっぱり和え
- キムチ鍋スープ
- ネーブルオレンジ

かますのアーモンドフリッター 材料（中学校1人分）

下味	かます切り身	2枚
	塩	少々
	こしょう	少々
	小麦粉	4g
	スライスアーモンド	15g
	アーモンドプードル	15g
	油	適量

作りかた

1. かますに下味をつける
2. 小麦粉を水で溶き、衣を作る。
3. 2にアーモンドプードル、スライスアーモンドを入れる。
4. かますを3に潜らせて油で揚げる。

衣にアーモンドがしっかりつくように揚げました。衣はふんわり、おいしく仕上がりました◎