

タラのスパイシーからあげ



★工夫したところ・おすすめポイント★
・子どもが魚をあまり食べないので、好きなカレー味でからあげにすれば食べてくれるかなと思い、作ってみました。
・いろんな魚でも代用できると思いますが、青魚の場合は下味にしょうがやにんにくを少し加えた方がいいと思います。

●材料（4人分）

タラ・・・・・・・・・・・・・・・・4切れ
サラダ油（揚げ用）・・・・・・適量

A

しょうゆ・・・・・・・・・・・・大さじ1
酒・・・・・・・・・・・・大さじ1
カレー粉・・・・・・・・・・・・小さじ1

B

片栗粉・・・・・・・・・・・・大さじ2
カレー粉・・・・・・・・・・・・小さじ1

カレー粉の量はお好みで加減してください。

魚が苦手な子どもでも食べやすい味付けです。



●作り方

- ①タラを一口大に切り、Aに漬けておく。（30分くらい）
- ②Bを合わせたものを①にまぶし、油で揚げる。