

～*～ 魚のレモンだれ ～*～

<材料 4人分>

白身魚……………4切れ(給食では「ホキ」という白身魚を使用しています)

塩、コショウ…少々

酒……………小さじ1

片栗粉……………大さじ2

揚げ油

=レモンだれ=

うす口醤油……大さじ1

みりん……………小さじ1

砂糖……………小さじ1

レモン汁……………小さじ1

水……………大さじ2



<作り方>

- ①白身魚はよく洗い、水気をふき取り、塩、コショウ、酒で下味をつける。
- ②片栗粉をつけて、油で揚げる。
- ③レモンだれは、レモン汁以外を鍋に入れ沸かし、沸いてきたらレモン汁を入れて火を止める。
- ④②の揚がった魚の上から③のレモンだれをかける。

白身の魚以外でも、焼いた鶏肉にレモンだれをかけても美味しいですよ。

万能だれです。