～＊～　豆腐ナゲット　～＊～

＜材料　4 人分＞

鶏ひき肉・・・・・・100g

木綿豆腐・・・・・・100g（水分を絞り、つぶす）

玉ねぎ・・・・・・・1/4 個

グリンピース・・・・10g（冷凍か缶づめ）　または　葉ねぎでも可

卵・・・・・・・・・1/4 個

こいくちしょうゆ・・小さじ 1/5

塩、こしょう・・・・少々

から揚げの素・・・・大さじ1

片栗粉・・・・・・・大さじ1

揚げ油・・・・・・・適量

＜作り方＞

①玉ねぎは粗みじん切りにする。

②葉ねぎを使うときは、小口切りにする。

③材料をすべて混ぜ合わせて、小判型に成型する。

④柔らかすぎるときは、表面に片栗粉をまぶすか、中に混ぜる片栗粉の量を増やす。

⑤170℃の油できつね色になるまで揚げる。

※給食で使用しているから揚げの素は、「焼肉焼いても家焼くな」でおなじみのメーカーのものを使用しています。