

～＊～魚のフライ～＊～

<材料 4人分>

アジ……4切

塩、コショウ…少々

小麦粉……適量

卵………1個

パン粉……適量

揚げ油……適量

<作り方>

- ①魚を水で洗い、水気をふきとる。
- ②塩、コショウで下味をつける。
- ③小麦粉→溶き卵→パン粉の順につける。
- ④170℃程度の油で、きつね色になるまで揚げる。

