



おいしい!たのしい!
摂津市給食レシピ!

新献立



ちくわのカレー揚げ

令和5年7月13日の献立(材料は1人分)

〔材料〕

| | |
|------|------|
| ちくわ | 1本 |
| カレー粉 | 0.4g |
| 小麦粉 | 10g |
| 鶏卵 | 7.1g |
| 水 | 6g |
| サラダ油 | 7g |



〔作り方〕

ちくわ…横斜め半分に切る
卵…割り、溶きほぐす

①小麦粉、カレー粉、鶏卵、水で衣を作り、ちくわにつけて揚げる

