

ハマチの「カレー風味の竜田揚げ」

2020年10月

1 はじめに

冷凍してあったハマチをカレー風味の竜田揚げにして食べました。

2 料理方法

解凍:冷凍してあったハマチを自然解凍しました。

【カレー風味の竜田揚げ】

ハマチは中骨を取り、食べやすい大きさに切る。

ニンニク、みりん、酒、醤油、カレー粉をビニル袋に入れる。

切ったハマチを入れ、味がなじむように揉んでから10分以上置いておく。

キッチンペーパーで汁気を軽く取り、小麦粉、カレー粉をつける。

フライパンに油を多めに入れて、揚げ焼きにする。



3 おわりに

カレー味の竜田揚げも美味しかったです。