

ハマチのから揚げカレーライス

香川県漁連引田加工場で水揚げされたばかりのハマチを、2cmのさいころ切りに加工していただきました。大型のいけすで大きく育ったハマチに、ていねいに下味をつけ、香川県産の米粉をまぶして油で揚げた『ハマチ』のから揚げは、カレーライスのトッピングにぴったり。



カレーライスに合う『ハマチのから揚げ』

※お好みのカレールーとごはんを準備してください。

材 料 4人分

- ・はまち 正味 150g
(3枚に下ろしたはまちを背と腹に切りわけ、皮をひき2cm角に切る)

下味

- 食塩 小さじ1/4弱
- こしょう 少々
- しょうが汁 小さじ1/2
- カレーパウダー 小さじ1/2

衣

- ▲米粉 大さじ2
 - ▲小麦粉 大さじ2
- 揚げ油



作り方

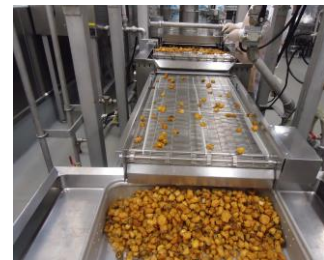
- ① 角切りにしたハマチに、●の調味料をまぶして20分ほどおき、下味をつける。
- ② ボールに米粉と小麦粉を混ぜて入れ、水を加えて天ぷらくらいの衣を作り、①を入れて軽く混ぜて、170度の油でからりと揚げる。
- ③ お好みのカレーライスに、ハマチの唐揚げをトッピングして食べましょう。



下味をつけます。



少なめの衣をつけます。



連続式フライヤーでカラリと揚げます。