

日之出保育園

れんこんカレーチップス



★こどもたち、だいすきです、(^o^)

【材料 園児/1人分】

- ・ホールレンコン20g・人参5g・片栗粉3g
- ・揚げ油3g・カレー粉0.1g・鳥がらだし0.5g
- ・粉チーズ3g・青のり粉0.05g



【作り方・ポイント】

- ①ホールレンコン水煮と人参は、2~3mmの厚さにスライス、水洗いして、水気をしっかり切っておく。
- ②レンコン・人参に片栗粉をまぶし、サクサクになるように、パリッと揚げる。
- ③②を調味料で味付けする。
- ④仕上げに青のりをふりかける。

ほんとに美味しいよ、(^o^)/ 作って食べてみてください