



# たけのさこほいくえん

## 「白身魚のチリソースがけ」



### 《材料4人分》

・白身魚	4切れ
・卵	適量
・薄力粉	適量
・揚げ油	適量
・玉ねぎ	1/2個
・にんにくチューブ	2g
・酒	小さじ1
・濃口醤油	小さじ1
・トマトケチャップ	40g
・砂糖	20g
・鶏がらの素	3g
・水	100g
・油	適量
・水溶き片栗粉	適量

A

### 《作り方》

- ① 玉ねぎは、みじん切りにする。
- ② 鍋に油を引き、玉ねぎを入れ炒め、火が通ったらAの調味料でぐつぐつ炊き、味が整ったら水溶き片栗粉でとろみをつけます。
- ③ 白身魚は、卵→薄力粉をつけて、油で揚げます。
- ④ ③の魚に②のソースをかけて出来上がり☆彡