

味噌カツ レシピ



<材料>

| | |
|--------|----------------|
| 豚ハレ肉 | 90g (30g × 3ヶ) |
| 塩・こしょう | 少々 |
| 小麦粉 | 8g |
| たまご | 適量 |
| パン粉 | 適量 |
| 赤だし味噌 | 10g |
| 上白糖 | 3g |
| 濃口醤油 | 1g |
| みりん | 3g |
| 出しの素 | 少々 |
| 天ぷら油 | 適量 |
| 白ごま | 少々 |



<作り方>



1. 豚ハレ肉を3等分し、塩・こしょうをふり小麦粉・溶いたたまご・パン粉を準備します
2. 豚ハレ肉を小麦粉→たまご→パン粉の順に全てつけます
3. 天ぷら油を準備し火にかけます
4. 油が温まるまでにタレを作ります
赤だし味噌・上白糖・みりん・出しの素をいれよくかき混ぜておきます
5. 180℃の天ぷら油で準備をしておいた豚ハレ肉を揚げ中まで火が通ればOK！あとはタレと仕上げに白ごまをふってできあがり