



Fresh Seafood!  
ほたての春巻き揚げ

Hotate

～ほたて～

ほたてを包んだパリパリ皮の食感があとを引きます。おつまみやお弁当にもおすすめの一品です。



調理時間  
20分

東信水産のHPでもご覧いただけます。  
<http://www.toshin.co.jp/>



Fresh Seafood!  
ほたての春巻き揚げ

237 kcal(1人分)

調理時間 20分

材料(2人前)

春巻きの皮	4枚
ほたて貝	6個
ブラックタイガー	4尾
青じそ	8枚
片栗粉	大さじ1/2
酒	大さじ1/2
塩	適量
揚げ油	適量
小麦粉	適量
レモン	1/4個
山椒塩	適量



作りかた

- ほたて貝とブラックタイガーは細く刻んでボウルにいれ、塩、酒、片栗粉を加えて粘りが出るまで混ぜ合わせる。
- 春巻きの皮に青じそを2枚のせて1をのせて包み、小麦粉に少量の水を加えたのを端につけて巻く。
- 油を170℃に熱し、2を揚げる。
- 3をななめ半分に切り、レモンと山椒塩を添える。



Point!

青じそをのせてからほたて貝とブラックタイガーを細くのせて巻く。

料理 料理研究家 荒木典子

© 東信水産株式会社