

フライビーンズ



材料 4 人分 (切り方)

大豆 (水煮)	80 g
片栗粉	5 g
揚げ油	適量
食塩	少々
あおさ粉	少々

【作り方】

- 1 塩とあおさ粉は混ぜておく。
- 2 大豆に片栗粉をまぶし、180℃の油で3分30秒くらい揚げる。
- 3 2に1をまんべんなくふりまぜる。

【ひとくちメモ】

- 大豆が苦手なひとでも食べやすい料理です。
- フライドポテトを足すと、さらにボリュームが出ておいしく食べられます。