くじら肉とさつまいもの甘辛揚げ

彦根市小学校提供

	材料　【１人分】	
	鯨肉（角切り）	**20g**
A	生姜（チューブ）	1cm程度
A	料理酒	小さじ1/5
	片栗粉	小さじ1
	さつまいも	30g
	サラダ油	適量
B	料理酒	小さじ1/2
B	三温糖	小さじ1/2
B	濃口醤油	小さじ1/2
B	水	小さじ1/2

献　立
・麦ごはん
・牛乳
★くじら肉とさつまいもの甘辛揚げ
・ 切り干し大根のうま煮
・かす汁

① くじら肉はAに30分程つけておく。
さつまいもは2cmの角切りにし、水にさらしておく。

② さつまいもの水気を切り、170°Cの油で素揚げする。
下味をつけたくじら肉は片栗粉をつけて180°Cの油で揚げる。

③ 鍋にBを入れて沸騰するまで加熱する。
④ ②に③をかけて、からめたら完成。