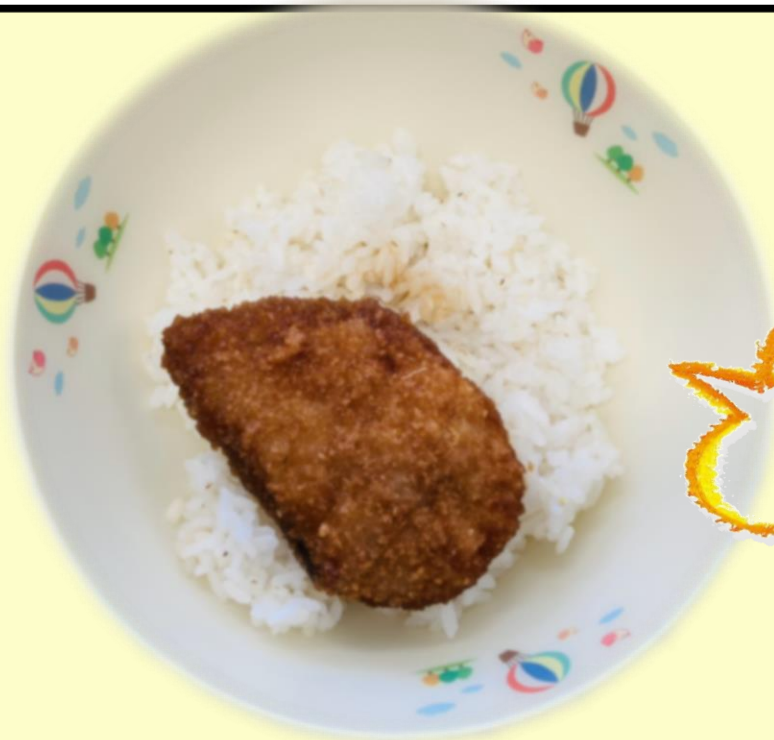




甘じょっぱいタレの香りが
食欲をそそります！

ぶりカツ丼

【材料（約4人分）】

A	・ぶり切身	200g（1人50g）
	・しょうゆ	大さじ1/2（下味用）
	・酒	大さじ1/2（下味用）
	・小麦粉	適量
	・卵	1個
	・パン粉	適量

B	・揚げ油	適量
	・しょうゆ	大さじ1
	・砂糖	大さじ1
	・酒	小さじ2
	・みりん	大さじ1
	・水	大さじ1
	・ご飯	丼ぶり4杯

【作り方】

- ①ぶり切身にAをもみこんで下味をつける。
- ②Bの調味料をあわせて弱火にかけ、ひと煮立ちさせる。
- ③①の水気をペーパータオルなどで拭き、小麦粉をまぶし、溶き卵にくぐらせ、パン粉をまぶして衣をつける。
- ④揚げ油を180℃に熱し、③を揚げ、油をきったら熱いうちに②のたれにさっとくぐらせる。
- ⑤ご飯を盛りつけた丼ぶりに④をのせる。