

『早春の味！ 蕾菜の豚肉巻き天ぷら』

材料（4人分）

蕾菜	4個
豚バラ薄切り肉（12cm位）	16枚
塩・コショウ	適量
天ぷら粉	適量
水	適量
揚げ油	適量
塩	付け塩



作り方

- ① 蕾菜を縦4等分に切る。豚肉には少し塩・コショウを振って下味を付ける。
- ② 蕾菜の茎に豚肉を巻く。少し葉を出した方がきれい。
- ③ 天ぷら粉を冷水で溶き、180℃に熱した揚げ油でカラッと揚げる。
- ④ 器に盛り、お塩で頂く。