

# 県産ブリの大葉ソースがけ



## ■ 説明

平成29年度学校給食料理教室より

## ■ 材料と分量

<1人分>

- ・ブリ切身.....40g
- ・片栗粉.....5g
- ・揚げ油.....適宜
- (ソース材料)
- ・大葉.....0.4g
- ・しょうが.....0.6g
- ・濃口しょうゆ.....3.5g
- ・酒.....1g
- ・三温糖.....2.5g
- ・塩.....0.03g
- ・水.....3.5g

## ■ 手順

### 1. 下準備

- ・しょうがはすりおろしておく。
- ・大葉は3mm角に切っておく。

### 2. 調理

- ①ブリに片栗粉をまぶし、170℃の油で揚げる。
- ②小鍋にソース材料の調味料を入れ、煮る。最後に大葉を入れる。
- ③①の上に②をかける。