

(献立名)

里芋のフリッター

<材料> (4人分)

・里芋	200～250 g	☆マヨネーズ	大さじ 2・1/6
☆粒マスタード	小さじ 2/3	☆薄力粉	大さじ 1・2/3
☆ベーキングパウダー	0.5 g	☆水	10ml
・油	適量		

<作り方>

- ① 里芋の皮をむいて 1/4 に切る。小さいものは半分に切る。(冷凍の里芋を利用すると手軽です。)
- ② ☆を混ぜ合わせて衣を作る。まず、マヨネーズとマスタードを混ぜ合わせ、薄力粉、ベーキングパウダーと混ぜ合わせる。そこへ水を入れていき、もたっとしたら OK。
- ③ 油を熱して (175～180℃)、きつね色になるまで揚げれば完成。



<ポイント>

- ☺ ハニーマスタードをつけて食べるのもおすすめです。
(粒マスタードとはちみつを同量混ぜるだけの簡単ソースです！はちみつを多めにすれば、子どもでも食べやすくなります。)