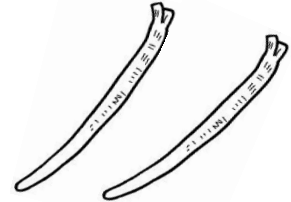




♪ごぼうチップス♪

パリッとなるまで揚げると
香ばしくておいしいです。



<材料> (4人分)

ごぼう	100g
米粉(上新粉)	30g
塩	適量
青のり	適量
揚げ油	適量

<作り方>

- ① ごぼうはよく洗い、皮をこそげて長さ4cm厚さ1~2mmのスライスにする。
- ② 水につけてアクを抜く。
- ③ ペーパータオルで水気を切り、米粉をまんべんなくまぶす。
- ④ 170℃の油で、きつね色になるまで揚げる。
- ⑤ 塩と青のりを振って器に盛り付ける。