

献立名

# 【おふのもちもちフライ】

材料5人分



## ★ポイント

おふの戻し汁を衣として使用するとおいしいですよ!!

・車麩（直径約8cm）10個  
★ { ・めんつゆ（白だし）50cc  
      ・水 200cc

衣 { ・小麦粉 40g  
      ・★印の戻し汁（水）50g  
      ・パン粉 適量

・揚げ油 適量

・ソース 適量

## 〈作り方〉

- ① 車麩はバッド等に並べて、★印で戻しておく。
- ② 戻し汁を軽く絞って1/2に切る。※戻し汁はとっておく。
- ③ 小麦粉と戻し汁（水）をよく混ぜておく。
- ④ 車麩・③・パン粉の順で衣をつけ、170℃で約5～7分揚げる。
- ⑤ お好みにソースをかけて出来上がり。