

# たちうおフライ



## 材料 (4人分)

たちうお切り身	4枚
塩	少々
こしょう	少々
卵	1個
小麦粉	大さじ3
パン粉	50g程度
揚げ油	適量

## 作り方

1. たちうおの切り身に塩、胡椒を振る。
2. 小麦粉、よく溶きほぐした卵、パン粉の順番で、たちうおの切り身に付ける。
3. 180度に熱した油で揚げる。  
時々裏返し、全面にきつね色の揚げ色がついたら、油をよく切って完成です。

(衣に粉チーズや青のりなどを混ぜてもおいしいですよ。)

