



材料 2人分

豚うす切り肉	100g
アスパラ	4本
塩・こしょう	少々
小麦粉	適量

コツのいらないてんぷら粉	50g
水	80cc

調理時間 20分

作り方

1. アスパラは下の固い部分の皮をむき、長さを半分に切ります。
塩・こしょうした豚肉を巻きつけていきます。
2. コツのいらないてんぷら粉に水を加えて衣を作ります。
3. 1. に薄く小麦粉をつけてから2. の衣をまぶしつけて170℃～180℃の油で揚げます。
4. 食べやすい長さに切り、器に盛ります。



アドバイス

◎コツのいらないてんぷら粉は便利です。卵も氷水もいらなくて簡単に天ぷらができます。「便利」を活用しましょう。