

# ★太刀魚の南蛮がけ



分量	小学校	中学校	
太刀魚フィレ	2	2	個数
塩	0.25	0.3	下味
酒	1	1.2	
片栗粉(ころも)	10	12	
揚げ油			
玉ねぎ	12	15	薄切り
にんじん	4	5	千切り
青ねぎ	3	4	小口
砂糖	2.5	3	①
濃口しょうゆ	2	4	
酢	2.8	3.2	
水	8	12	
片栗粉	0.3	0.38	②
水	0.8	1.2	

## ◎作り方

魚に下味をつける

↓

片栗粉をつけて揚げる

↓

調味液(①)に野菜を入れわかす

↓

水溶き片栗粉(②)を入れてとろみをつける

↓

揚げた魚を入れる

↓

配缶



### 太刀魚フィレ

小学校:7cm(8~10g)

中学校:10cm(10~15g)

\*1人2切れずつ

