

<たけのこのかき揚げ>

材料 4人分

たけのこ水煮（せん切り）	160g	
あみえび	5g	
ねぎ（小口切り）	15g	
青のり粉	1.6g	
いりごま	5g	
小麦粉	40g	
長いも（なければ山芋粉）	1.6g	15g
塩	1.2g	
水	40ml	
揚げ油	適量	

作り方

- ① 長いもはすりおろす。
- ② 揚げ油以外の材料をよく混ぜる。
- ③ 一人1こになるように、油で揚げる。（175℃で5分くらい）