



米粉の唐揚げ

サラッと油が少ない、サクサク食感の米粉唐揚げです。

軽くて何個でも食べられそうな食感です。

材料（作りやすい分量）

- ・HP米粉R…67g
- ・片栗粉…33g

下味付き（対肉300g）

- ・酒…大さじ2
- ・醤油…大匙1
- ・練しょうが…1かけ
- ・塩コショウ…少々

ワンポイントレッスン

米粉は吸油が少ないので
油っぽくなく、
軽い食感に仕上がります

作り方

- ①鶏肉を25g程度の大きさに切り、下味をつける
- ②粉類をよく混合して、①の肉にまぶす
- ③約175°Cの油で揚げる（目安：4分30秒）