



## 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2.5g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℃の油で揚げる（目安：4分30秒）