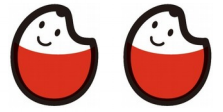


令和元年度米粉料理コンテスト入賞レシピ



『会津の米っ娘ソーセージ』

米粉をつなぎに
使ったことでもっ
ちり感ができました♪
小麦粉、卵不使用
です！



〔材料・分量（4人前）〕

- ・米粉…200g ・鱈のすり身…100g ・棒鱈の煮物のみじん切り…50g
- ・根生姜のみじん切り…10g ・にんにくのみじん切り…10g
- ・塩糀…大さじ1 ・甘酒…大さじ1 ・甘みそ…大さじ1
- ・立川牛蒡のみじん切り…60g ・慶徳玉ねぎのみじん切り…60g
- ・おからと長芋のすりおろし…各40g ・トウバンジャン…小さじ1
- ・採種油…適量
- ・旬の野菜の付け合わせ } A

〔作り方〕

- ①A以外のすべての材料を混ぜ合わせ、ソーセージをイメージして整形する。
- ②170度に熱した採種油で①をきつね色に揚げる。
- ③皿に旬の野菜をのせ、②を盛り付けてできあがり。