

食材2つだけ!

豚バラ肉

×

玉ねぎ

バター液でフライ衣も簡単

## 玉ねぎの肉巻きフライ

材料 (2人分)

豚バラ薄切り肉…………… 8枚

玉ねぎ(小)…………… 1個

○卵…………… 小1個

○牛乳…………… 50ml

○薄力粉…………… 大さじ5

パン粉…………… 適量

塩・こしょう…………… 少々

油…………… 適量

### 1 玉ねぎに豚肉を巻く

玉ねぎは縦に8つ割りに切る。豚肉に塩・こしょうをふり、玉ねぎに巻きつけて手でぎゅっとにぎって密着させる。

### 2 バター液で衣をつける

○をボウルで混ぜてバター液を作る。1をくぐらせ、パン粉をつける。

### 3 揚げる

170℃に熱した油できつね色に色づくまで揚げる。

調理時間

15分



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索