

食材2つだけ!

豆腐

×

かにかまぼこ



調理時間

25分[※]

豆腐を使ってとろとろクリーム風に◎

豆腐とかにかまのクリームコロッケ

材料 (2人分)

豆腐(絹) …………… 200g
かにかまぼこ …………… 8本
バター……………20g
薄力粉 ……………20g
洋風スープの素(顆粒)
……………小さじ1/2

塩・こしょう…………… 適量
○卵 …………… 1個
○牛乳 …………… 40ml
○薄力粉 ……………大さじ5
パン粉 …………… 適量
揚げ油 …………… 適量

1 コロッケのたねを作る

ボウルに豆腐を入れ、泡立て器でつぶすように混ぜる。フライパンに移してバターを加え、弱火にかける。薄力粉を入れ、粉っぽさがなくなるように木べらで混ぜる。かにかまぼこ、洋風スープの素を加え、塩・こしょうで味を整える。バットに入れて冷蔵庫で1時間冷やす。

2 パン粉をつける

○をボウルに混ぜ合わせる。1を4等分に分ける。丸めて平らに形を整え、○にくぐらせてパン粉をつける。

3 揚げる

揚げ油を180℃に熱し、2をきつね色になるまで揚げる。

※冷やす時間は含まない



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索