

車麩カツ（一人分）

材料）車麩（3g）、生姜少々、醤油（2g）、だし汁、小麦粉・パン粉、なたね油

作り方）①かつおだし汁（100 c c）にすりおろした生姜と醤油をいれる。

②①のだし汁に車麩をひたす。

③車麩が十分に柔らかくなったら、取り出し絞る。食べやすい大きさに切る。

④だし汁と小麦粉を溶く。（ポタッ、とゆっくり落ちるくらいのかたさ。）

⑤③の車麩をだし汁で溶いた小麦粉をつけ、パン粉をつける。170度くらいの温度で揚げる。

