

No.3 【ねぎぶた天】



[材料]

・八幡平ポーク	ロース肉	10 枚
・大欠	ねぎ	1 本
・長いも		5cm
・塩、		適量
・天ぷら粉		100g
・水		160 cc
・松館	しばり大根	適量
・天つゆ		適量

材料使用分あたりの価格

500 円
20 円
90 円
50 円

[作り方]

- ① ねぎは太めの斜め切り、長芋は拍子切りに、それぞれ長さ **5cm** 位で **10** 本に切る。ねぎの残り（青い部分も）みじん切りにする。
- ② 豚肉に塩をふり、斜め切りのねぎと長芋を1本ずつ巻く。
- ③ 天ぷら粉に水とねぎのみじん切りを混ぜて衣を作る。
- ④ **170℃**の油で揚げる。
- ⑤ 天つゆにしぼり大根を薬味で入れる。

私の思い

美味しいねぎを青いところまで使い切りたいと思って考えました。
大欠のねぎの甘さが引き立ち、普段、ねぎをあまり食べない子供にも
食べてもらえるように考えました。