

ふんわりとろろステーキを使った

# スティック磯辺揚げ



## < 材料 >

- ◎ふんわりとろろステーキ … 2ヶ
- ・海苔 … 1cm幅×5～6cm長さを4枚
- ・片栗粉 … 少々
- ・油 … 適量（フライパンに1cm程度の深さ）

## < 作り方 >

1. とろろステーキ50gを縦半分に切る。
2. 用意した海苔を胴巻きにする。
3. 表面に片栗粉をまぶす。
4. 160度位の油に入れ3分ほど揚げる。  
（揚げ具合を見ながら各面表面が  
きつね色になるよう入れ替える）
5. 油を切り器に盛りつける。



イースタンフーズ株式会社

Eastern Foods