



ふわふわのハマちゃん

・材料 (4人分)

| | |
|-------------|--------|
| ハマチ切身 | 4 切 |
| 卵白 | 大 1 個分 |
| (A) 卵黄 | 大 1 個分 |
| 薄力粉 | 80g |
| ベーキングパウダー | 小さじ 1 |
| マヨネーズ | 大さじ 4 |
| 水 | 70 cc |
| ゆかり | 大さじ 1 |
| カレー粉 | 大さじ 1 |
| 塩 | ひとつまみ |
| 白ワイン | 適量 |
| 薄力粉 | 適量 |
| お好みの付け合わせ野菜 | |

・作り方

- ①下ごしらえとして、ハマチは皮と骨を除いて、一口大に切り、白ワインを振る。2~3分置いて、薄力粉を軽くまぶしておく。
※お好みの付け合わせ野菜も準備しておく。
- ②ボウルに (A)の材料を入れて、水を少しずつ加えながらハンドミキサーでよく混ぜる。
- ③別のボウルに卵白と塩をひとつまみ入れてハンドミキサーで角が立つ位まで混ぜる。
- ④ ②に③を加えて、ゴムベラでボウルの底からすくうように混ぜる。
- ⑤ ④の生地を2等分して、それぞれにゆかり、カレー粉を混ぜる。
- ⑥ ①のハマチを半量ずつ⑤の生地に入れて、スプーンですくって170℃の油でさっくり揚げる。
- ⑦お好みの付け合わせ野菜といっしょに皿に盛り付ける。