



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。