

# 鯰の調理実習！

料理名：カレーあじ ～潮風を添え2～

～材料と分量～

材料	分量	宗像市の食材☆
あじ	6尾	
薄力粉	3/2カップ	
カップヌードルカレー味	1個	
卵	2個	卵
サラダ油		
キャベツ	1個	
プチトマト	3個	
味の素コンソメ（粒子タイプ）	大まか1	

班員名：高岡友喜 松尾一歩 梅本乙樹 佐藤美結 村上聖羽

## 《作り方》

- 1.あじを食べやすいサイズに切る
- 2.カップヌードルを砕く
- 3.あじに薄力粉→卵→カップヌードルの順番でつける
- 4.油であげる
- 5.あじを揚げている間にキャベツとトマトを切る
- 6.キャベツとトマトとあじを一緒に盛りつける



《レシピ検索にあたって、工夫したところ、  
衣のかわりにカップヌードルを砕いたものを使った》

