

はとやま食エコ推進事業

はとやま食エコレシピコンテスト 2021

No.	6	イメージ写真		(調理:町保健センター)
料理名				
カリカリ肉だんご				
この料理のアピールポイント				
あまったそうめんをリメイクして、カリカリの肉だんごをつくった。				
鳩山町や埼玉県内で作られた食材、町特産品を使っている				
材料・分量(4人分)				
豚ひき肉	250g	☆砂糖	大さじ1	
たまねぎ	1/2個	☆しょうゆ	大さじ2	
片栗粉	大さじ2	☆ごま油	大さじ1	
揚げ油	適量	☆鶏ガラスープの素	小さじ1	
そうめん	約1人前 (目安:90~100g)	☆しょうが(すりおろし)	小さじ1	
作り方				
<p>①たまねぎをみじん切りにする。</p> <p>②そうめんを1cmくらいに刻む。</p> <p>③材料☆を混ぜ、たまねぎのみじん切りを混ぜる。</p> <p>④③にひき肉を入れて、よくこねる。</p> <p>⑤④に片栗粉を入れて混ぜる。</p> <p>⑥丸めて肉だんごにする。</p> <p>⑦⑥に刻んだそうめんを貼りつける。</p> <p>⑧160℃の油でじっくりゆっくり揚げる。</p>				