

# マグロ竜田揚げ風



## 《材料》（4人前）

マグロの刺身または柵  
海鮮丼のたれ  
片栗粉  
油

マグロが浸る量  
適量  
適量

## 《下準備》

- ① マグロを食べやすい大きさに切る。
- ② ボウルに海鮮丼のたれを入れ、マグロを漬けておく。（10～15分程度）

## 《作り方》

1. ②のマグロの水気をキッチンペーパーで取り、片栗粉を薄く、まんべんなくつける。
2. フライパンに多めの油を入れ熱し、1.のマグロを火加減に気をつけながらカラッと焼く。
3. 火が通ったら、キッチンペーパーに乗せ、油を切る。
4. 器に盛り付けて、できあがり。

## オススメポイント

- ・冷めても美味しくいただけるので、お弁当のおかずにもどうぞ！
- ・お刺身なので、骨がなく、食べやすい一品です！ 魚が苦手なお子様にお奨め。
- ・衣が薄いので、脂っこさはありません。パーティーメニューにもいかがでしょう。