

春巻きの中身、治部煮ねんよ！

(材料=4人分)

①鶏肉	200g
小麦粉	適量
②すだれ麩	1枚
生椎茸	4枚
春雨	20g
③サラダ油	適量
醤油	大匙4
砂糖	大匙1
味醂	大匙2
④春巻きの皮	10枚
小麦粉	適量
揚げ油	適量
細ネギ	2本



(作り方)

- ① すだれ麩は湯通しして細かく切り、椎茸も石突きを切り取り細かく切ります。
- ② 春雨はお湯で戻して細かく切ります。
- ③ 鶏肉は細かく切り、小麦粉をまぶします。
- ④ フライパンにサラダ油を入れて火にかけ、①、③、②を順に炒め、③の調味料を入れて煮絡め、バットなどに移して冷まします。
- ⑤ ④を10等分にして春巻きの皮で包み、包み終わりに水で溶いた小麦粉をつけて接着します。
- ⑥ 170℃に熱した油でカリッと揚げ、半分に切って器に盛り、刻んだ小葱を振ります。

<考案者>

石川県立金沢北陵高等学校3年 高木 穂名
水口 桜華
高 胡桃
池田 真鈴

※本レシピは、考案者のレシピをもとに、加藤キッチンスタジオ 代表 加藤重和氏に監修いただきました。