

ナゲット



材料

鶏ミンチ・・・・・・・・・・400g
豆腐・・・・・・・・・・1丁
玉ねぎ・・・・・・・・・・1個

塩・こしょう・・・・・・・・・・少々
片栗粉・・・・・・・・・・大さじ1~2杯
まぶして揚げる用小麦粉・・適量
揚げ油

手順

1. 玉ねぎは、粗みじん切りにする
2. ボウルに鶏肉、豆腐、玉ねぎ、塩・コショウ、片栗粉を入れて粘りが出るまで混ぜる
3. 鍋に油を入れ熱し、3 cm大の大きさに丸めたナゲットのタネに小麦粉をまぶして揚げる
4. こんがり色づいてきて、表面に浮き上がってきたら、取り出す合図