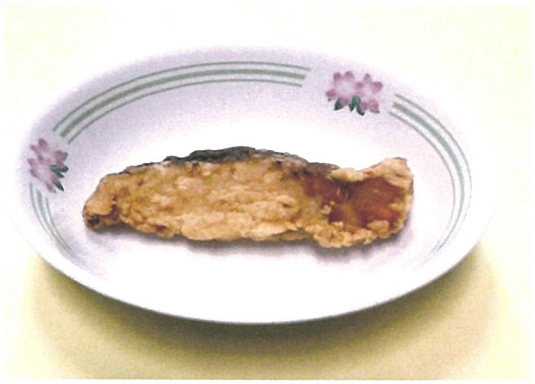
フライドフィッシュ



●メルルーサ

今回のレシピでは、メルルーサという白身魚を使っています。

メルルーサは、外国からきた深海魚で、日本でいうタラに近い味をした魚です。

比較的安価でクセがなく食べやすいので、お弁当屋さんのフライや、ファーストフード店などでもよく使われています。

材料（４人分）		切り方
メルルーサ	50ｇ×4切	
にんにく	1g	すりおろし
パプリカパウダー	少々	
オールスパイス	少々	
しょうゆ	小さじ1と1/2	
酒	小さじ1/2	
★片栗粉	大さじ1と1/2	合わせる
★小麦粉	大さじ1/2	〃
揚げ油	適量	

作り方

【下準備】

・にんにく～酒までをよく合わせ、魚に下味をつけておく。

① 下味をつけた魚に★の材料をつけ、180℃の油で揚げる。