献立名	魚の新緑揚げ	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
メルルーサ	40	40
食塩	0.3	0.3
こしょう	0.01	0.01
白ワイン	1	1
パセリ	1	0.9
小麦粉（薄力粉）	6	6
鶏卵	9	7.7
水	5	5
植物油（揚げ吸油分）10%		6

下処理及び作り方

＜下処理＞

メルルーサ　　流水で洗い、食塩、こしょう、白ワインをふる

鶏卵　　消毒し、割りほぐす

パセリ　　みじん切り

＜作り方＞

(1)　小麦粉、鶏卵、水、パセリをさっくり混ぜて衣をつくる。

(2)　メルルーサに(1)の衣をつけて植物油で揚げる。

※　衣は、一度に作ってしまわないで2～3回に分けて作ったほうが、ねばりが出ずに、からっと揚がる。

※　衣をつくる時の水は、冷たく冷やしたほうが、からっと揚がる。

※2004（平成16）年度　移行

令和2年度改正