

# うどの肉巻きフライ

春の山菜・独特の風味～うどレシピ①

## うどの肉巻きフライ

### 材 料 (2人分)

うど	1本
豚バラ肉スライス	100g
だしパック(中身)	ふたつまみ ※まるものだしパック使用
小麦粉・パン粉	適量
卵	1個
サラダ油	適量
貝割れ大根・レモン	適量

- 1 うどは細い枝部分をはずしピーラーで皮をむく。半分に切り、1/4に縦に切る。
- 2 豚肉にだしパックをかける。食べやすい太さになるようにうどを数本組み合わせて豚肉で巻く。
- 3 小麦粉→溶き卵→パン粉の順につけて衣をつける。
- 4 180°Cの油で揚げる。皿に盛りつけて貝割れ大根とレモンを添えてできあがり♪

### コツ・ポイント

- うどの細い枝部分はタワシでうぶ毛をこすり落としご使用ください。
- 豚バラ肉スライスは、他のお好みの部位でお試しください。
- 揚げ油の量はご使用のフライパンにより調整してください。