

## 小鯛姿盛り すり身揚げ

### 【 材料 】

小鯛  
海老すり身  
万願寺唐辛子  
人参と木耳  
卵

### 【 分量 】

1本  
30g  
1本  
少々  
1個

### 【 行程 】

- ① 小鯛を姿で三枚におろす。
- ② 皮を厚めに残し鯛の身を取る。
- ③ ②でとった身をすり身にして、海老すり身とあわせる。塩、調味料で調える。
- ④ 卵黄と油で卵の素を作る。人参と木耳を微塵に切る。
- ⑤ ③と④混ぜ合わせる。②の鯛の皮で包む。
- ⑥ ラップで巻いて蒸す。
- ⑦ ⑥のあら熱が取れたら小麦粉を打ち油で揚げる。万願寺唐辛子も揚げる。
- ⑧ おろした小鯛も姿に焼き盛り付ける。

