副食

えのきたけのフライ

［1人分］ エネルギー：67kcal　塩分：0.3g

材料［4人分］

- えのきたけ：200g
- 春巻きの皮：2枚
- 揚げ油：適量
- 塩：適量

作り方

1
えのきたけは石づきを取り8束に分けます。春巻きの皮は1枚を4つに切ります。

2
春巻きの皮の対角線上にえのきたけを置き、巻いて水をつけて止めます。

3
色よく揚げて、好みで塩をつけていただきます。