

分類	(○)50分以内でできるメインメニュー ()10分以内でできるサブメニュー		
献立名	たこのから揚げ・揚げ春雨		
材料・分量 (4) 人分	(材料名)	(分量)	(概量)
	たこ	400 g	
	春雨	適量	
	酒	15 g	大さじ1杯
	醤油	30 g	大さじ2杯
	小麦粉 塩・コショウ	適量 少々	
作り方			
※下準備等		① たこを切る。	
<p>② たこに酒と醤油で下味をつけておく。</p> 		<p>③ 春雨を乾燥したまま油で揚げる。</p> 	
<p>④ 小麦粉に塩・コショウを混ぜた粉をたこにまぶす。</p> 		<p>⑤ 粉をまぶしたたこを油で揚げる。</p> 	
<p>⑥ 揚げ春雨の上に揚げたたこを盛り付ける。</p> 		<p>完成写真</p> 	
(備考)			