

レシピ名：魚！！うまい春巻き

材料（1人分）

材料名	分量（単位）	材料名	分量（単位）
鯛の切り身	5g × 3	スライスチーズ	1枚
スパイス塩（なければ塩コショウ）	0.3g（少々）	ミニ春巻の皮	2枚
大葉	2枚	マヨネーズ	1cmくらい
		油（揚げ油）	少々

作り方（箇条書きで簡潔にお書きください。）

- ①スパイス塩を鯛の切り身にふる
- ②鯛の切り身をさっとマヨネーズで焼く
- ③焼いた鯛を大葉でまく（2つ作る）
- ④大葉で巻いた鯛2組の間にスライスチーズを1/4に切ったものをはさむ。
- ⑤④を春巻の皮でつつんで揚げる

調理のポイント・コツ

鯛の切り身をかるく焼くことでくさみがなくなります。

レシピの生い立ち・コンセプト

魚を捌くのが趣味の6年生の息子と春巻きが大好きな3年生の息子と考えました。今回は鯛でしたが白身魚だったら魚が苦手な子どもでも食べれそうです。（お刺身が残った時でも作れそうですね）

料理イメージ

