

とっていき!



揚げると甘さが引き立つ

ラッキョウカツ

6月号で紹介した「ラッキョウの甘酢漬け」の応用レシピです。

Recipe

【協力】鳥取いなば農業協同組合

☎0857-32-1100 ㊟0857-32-1130

<http://www.jainaba.com/yasai/cook/recipe/menu1406a.html>



素材について

紫色のかれんな花びらをつけるラッキョウ。開花シーズンは10月下旬から11月上旬ごろまで。鳥取砂丘周辺の広大なラッキョウ畑一面が美しい紫色に覆われます。



【材料】(4人分)

1人分 496kcal 塩分 1.5g

ラッキョウの甘酢漬け	……………24粒	小麦粉	……………適量
豚ロース肉(薄切り)	… 12枚(300g)	パン粉	……………適量
豆板醤	……………適量	揚げ油	……………適量
溶き卵	……………適量	つまようじ	……………12本

【作り方】

- ①豚ロース肉をまな板の上に広げて、片面に豆板醤を薄く塗る。
- ②ラッキョウの甘酢漬けは、キッチンペーパーで水気を取る。
- ③①の豆板醤を塗った側に②を2粒ずつ乗せ、くるくると巻いてつまようじで止める。
- ④③に小麦粉、溶き卵、パン粉を順番につける。170～180℃に熱した揚げ油でゆっくり揚げ、キツネ色になったら完成。

※大玉のラッキョウなら豚肉1枚に1粒でも。

4月号から農作物をおいしく食べてもらえるレシピを掲載中。

とっとり
県政だより 11

2019(令和元)年11月号

編集発行／鳥取県広報課

【電話】0857(26)7840

【ファックス】0857(26)8122

【Eメール】kouhou@pref.tottori.lg.jp

広告



展示会のご案内
11/9㊟・10㊟
弊社2F 展示ルーム

30台以上の薪・ペレットストーブを展示。
薪ストーブのぬくもりをご体験ください。
お気軽にご来店ください。(予約不要)

家族暖楽のひととき
薪ストーブのある暮らし



有限会社
OFFICE CHIMNEY
オフィス・チムニー

鳥取市商栄町122-1
Tel.0857-23-7422
☎不定休
officechimney.com



広告



一生に一度の成人式を、
特別な晴れ姿で。

成人式 振袖

ご予約承り中!

人気の振袖は、お早めのご予約がオススメです。ご予約特典もございます。お気軽にご来店くださいませ。

鳥取店 プライダルショップ Juno

TEL 0857-21-2717

鳥取市永楽温泉町163-3

倉吉店 プライダルハウス とさき

TEL 0858-23-0211(代)

倉吉市大正町1079

■営業時間／10:00～19:00
■定休日／毎週水曜日
<http://www.tosaki.co.jp>
bridalhousetosaki

※広告は広告主の責任において掲載しています。広告内容などを県が推奨するものではありません。