

ゴーヤチップス レシピ・作り方

とっても簡単にできます！



<料理レシピ (材料：ゴーヤ1本分) >

- | | |
|--------|--------|
| ○ゴーヤ | 1本 |
| ○かたくり粉 | 大さじ3程度 |
| ○油 | 適量 |
| ○塩 | 少々 |

<作り方>



① 材料を用意する。



② ゴーヤは種とわたをきれいに取り除く。



③ スライス切りにする。
(厚さはお好みで。)



④ ゴーヤをナイロン袋などに入れ、かたくり粉を入れる。



⑤ ④を振り、ゴーヤにかたくり粉を絡ませる。



⑥ 油を180℃に熱し、⑤を入れて揚げる。



⑦ 熱いうちに塩を少々振りかけ、器に盛り付けたら出来上がり！