

魚の千ソースがらめ



<材料> 子ども4人分

	さば	4切 (1切40g)
A	小麦粉	大さじ1と1/2
	片栗粉	大さじ1と1/2
	揚げ油	適量
B	ケチャップ	大さじ1
	オイスターソース	大さじ1/2
	酢	小さじ1/2
	砂糖	大さじ1/2
	しょうゆ	小さじ1/2

(作り方)

- ① さばにAをまぶし、火が通るまで揚げる。
- ② Bの調味料を鍋に入れ、ひと煮立ちさせる。
- ③ ①に②を絡める。