
【材料（2人分）】

- ネギ 150g
- 卵 60g × 3個
- 冷凍むきえび 80g
- 薄力粉 100g
- 塩 ひとつまみ
- 揚げ油 適量

【作り方】

1. ネギは細かく切る。むきえびは5mm位に切る。
2. 薄力粉はふるっておく。塩を加える。
3. 卵をよく溶いて、小麦粉を少しずつ加える。
4. ネギとむきえびを加えてよく混ぜる。
5. サラダ油を熱して、おおきめのスプーンですくって揚げる。
6. ケチャップをつけてどうぞ。

作成者：各務原市食生活改善推進員