

レバーのオーロラ和え



<材料> 子ども4人分

豚レバー	200g
酒	小さじ1
しょうが	ひとかけ
片栗粉	大さじ4
揚げ油	適量
ブロッコリー	1/2房
トマトソース	大さじ1
マヨネーズ	大さじ1

(作り方)

- ① 豚レバーは一口大に切り、流水にさらし血抜きをする。
- ② しょうがは、すりおろしておく。
- ③ ①を酒としょうがに30分漬け込み、臭みをとる。
- ④ ③の汁気をきり、片栗粉をまぶして170℃に熱した油で揚げる。
- ⑤ ブロッコリーは一口大に切り、茹でておく。
- ⑥ トマトソースとマヨネーズを混ぜ、④と⑤を入れて絡める。

※ トマトソースは、ケチャップで代用できます。

※ 茹でた人参やパプリカを加えると、彩りが良くなりますよ。