

# 竹輪のお茶の葉揚げ

揚げ物

125kcal / 脂質5.0g / 塩分0.8g



## ワンポイント

天ぶらの衣に、粉茶を混ぜて作ります。

給食では、5月の新茶の時期に取り入れています。

お茶の香りを楽しみましょう。



### 材料(4人分)

・竹輪 ..... 160g

#### 〈衣の材料〉

・粉茶 ..... 少々  
・小麦粉 ..... 40g  
・水 ..... 大さじ3  
・揚げ油 ..... 適宜

### 作り方

- ① 竹輪は図のように切る。
- ② 小麦粉、粉茶、水で衣を作り、竹輪につけ、180～190℃の油でからっと揚げる。

