

ささみ大葉フライ 柚子胡椒風味



2人分

ささみ 4本
大葉 2枚
ゆずこしょう 小さじ1強
小麦粉 適量
卵 適量
パン粉 適量

- 1) ささみは開く。大葉を縦半分に切る。
- 2) ささみに大葉をのせ、柚子胡椒をぬる。
- 3) ささみを元通り閉じて、小麦粉、卵、パン粉をつけて揚げる。