



こどもたちの人気メニュー!!

レバーナポリ風 のつくいかた

《材料》(4人分)

①	豚レバー	160g
	しょうが	少々
	にんにく	少々
	酒	大さじ1
	しょうゆ	大さじ1 $\frac{1}{3}$
	片栗粉	少々
②	トマトケチャップ	大さじ2
	中濃ソース	大さじ1
	砂糖	小さじ2



《作り方》

1. レバーを薄めに切ります。
2. ①の調味料すべてをボウルに入れ、10分位漬け込みます。
3. 漬け込んだレバーをザルにあげ、汁気を切って片栗粉をまぶし、油で揚げます。
4. ②のケチャップソースは軽く温めてから、揚げたレバーに絡めて出来上がり!

レバーの臭みは、牛乳で洗うととれます。

