

つくってみよう!

今日のおやつ

中心部の小さな穴は水分を吸い上げる穴で品質に問題はありません

2~4本(Lサイズ以上)

産直

259187

毎週企画

熊本県
火の国野菜の会
太ごぼう

300g前後(カット)

食物繊維たっぷりです。きんぴらやサラダ、煮物などでたくさんお召し上がりください。



10ポイント

本体 198円
(税込 214円)



パリパリ食感の
カレー風味チップス
だよ!



パリパリごぼうチップス

材料
(4人分)

産直 259187 太ごぼう200g
揚げ油 適量

A 塩 小さじ1/2
カレーパウダー 小さじ1
片栗粉 大さじ2

作り方

- ① ごぼうはよく洗って皮ごとピーラーで薄くスライスし、さっと水に浸けてすぐ水を切る。
- ② 少し湿った状態の①のごぼうをビニール袋に入れる。Aを順に加え、袋の口をしっかりと閉じて振り、均等にまぶす。
- ③ 揚げ油を180℃に熱し、②をカリッとなるまで揚げる(一度に全部投入せず、3回位に分けた方がよい)。しっかり油を切って皿に盛る。