

ゴーヤチップス (カレー風味)

提供者：市職員



◇材料

ゴーヤ…1本、てんぷら粉（小麦粉や片栗粉でも可）…1/2カップ、カレー粉…大さじ2

◇作り方

- ①ゴーヤをタテ半分に切り、わたを除いて5mm幅にスライスする。
 - ②塩水につけ、しんなりしたらざるにあげ、水気をよく切る。
 - ③ゴーヤ、てんぷら粉、カレー粉を袋に入れて、よくまぶす。
 - ④170度の油で、2～3分揚げる。
- ※お好みで塩をふってもよい。