

ネンブツダイの唐揚げ

調理時間

20分



堤防などで、たくさん釣れるネンブツダイをおいしく食べましょう！

イシモチの仲間なので、白身でおいしいです

じっくり揚げることで、骨ごとサクサクおいしくいただけます。

うろこをつけたまま揚げることで、香ばしく風味もアップです。

Recipe



水洗い後、うろこをつけたまま、胸びれまで斜めに頭を落とす。



背びれと腹びれを落として、キッチンペーパーで水気をとります。



ゆっくり引くと、内臓がきれいに取れます。
お腹の中と血合いをよく洗ってください。



塩こしょうをしてから、片栗粉をまぶして、熱した油で揚げていきます。
焦がさないよう5分ほど、じっくり揚げてください。