



コンフ (プレーン) 使用

コンフと空豆のスティック春巻き

そら豆の甘さ、コンフの旨味、チーズのkokの三味一体がたまらない！

★ 材料 (6本分) ★

- コンフ(プレーン) 大さじ2(30g)
- 空豆 むき身 90g
- ピザ用チーズ(細かいもの) 12g
- 春巻きの皮 3枚
- a(薄力粉：大さじ1/2、水：大さじ1/2)
- 揚げ油 適宜

★ 作り方 ★



- 1 鍋に湯を沸かし、塩を少々入れ空豆をくわえ柔らかめに茹でる。
茹だったら、皮を剥き、ボールに入れフォークでかるくつぶす。



- 2 軽く油を切ったコンフを1に加え、混ぜ合わせる。



- 3 春巻きの皮を三角になるように、半分に切る。



- 4 底辺を手前におき、手前の真ん中に2を1/6細長くのせ、チーズを1/6のせる。左右を折り、キュッときつめに巻き、巻き終わりにaを混ぜ合わせた物を塗り、しっかり止める。



- 5 中温の油で、きつね色になるまで揚げる。



- 6 皿に盛ったらできあがり。

POINT

広沢さんの料理のポイント♪

春巻きを巻く時に、水に溶いた小麦粉でしっかりつけるのがポイント。

TASTE

料理の感想

カリッと揚がった春巻きをひと口食べると、とろ〜りチーズといっしょに春の味が口いっぱいに広がります。
お酒のおつまみや、みんなが集まるパーティーにも、フィンガースナックとして活躍してくれそう。