

## ☆きゅうしょくレシピ４４☆

### 【いわしのかばやき】

(ざいりょう)                      (４にんぶん)

|           |            |
|-----------|------------|
| いわし (ひらき) | ４まい        |
| かたくりこ     | ２０グラム      |
| あげあぶら     | あげものができりょう |
| さとう       | １２グラム      |
| しょうゆ      | １２グラム      |
| みず        | １０グラム      |



\*\*\*\*\*

(つくりかた)

- 1 いわしにかたくりこをまぶして、あぶらでカラッとあげる。
- 2 (タレをつくる)  
べつのなべに、さとう、しょうゆ、みずをいれて、じっくりにする。
- 3 あげたいわしにタレをかける。

