



手作りカレーコロッケ



レシピの説明

子どもに大人気のカレー味のコロッケです

<4人分>

じゃがいも（12等分）	中2個
合いびき肉	160g
玉ねぎ（みじん切り）	中1個
人参（みじん切り）	1/4本
塩	小さじ1
カレー粉	小さじ2
小麦粉	適量
パン粉	適量
揚げ油	適量

作り方

- ①じゃがいもを切り、茹でる
- ②玉ねぎと人参をみじん切りにする
- ③合いびき肉、玉ねぎ、人参を塩・カレー粉で炒める
- ④①をつぶす
- ⑤④に③を入れ、混ぜて12等分にして丸める
- ⑥30分程度冷蔵庫で冷やす
- ⑦ボールに水溶き小麦粉を作る
- ⑧⑥を⑦にくぐらせパン粉をつける
- ⑨180度の油で揚げる
- ⑩きつね色になったら完成

ポイント

③で水分をしっかり飛ばすことで、揚げた時に破裂しにくくなります



ポイント

