

10月レシピ紹介

タンドリー竹輪

| | |
|-----------|------------|
| <材料> | <u>4人分</u> |
| 竹輪 | 8本 |
| プレーンヨーグルト | 40g |
| カレー粉 | 小さじ2 |
| 中濃ソース | 大さじ2 |
| おろしにんにく | 小さじ1/2 |
| おろししょうが | 小さじ1/2 |

<作り方>

- ①ボウルに A を入れてよく混ぜ合わせ、たれを作る。
- ②竹輪を半分に切る。
- ③オーブントースターを温めはじめる。
- ④天板にオープン用シートを敷き、竹輪を①のたれにからめて、オーブントースターで焦げない程度に焼く。

焼津の地場産物「竹輪」をカレー味のたれにからめ、オーブントースターで焼くだけの簡単レシピです。定番のタンドリーチキンを竹輪にかえ、静岡風アレンジしてみました。

