



大根のみずみずしさとケールの苦味が大人味のベジカツ

大根とケールのミルフィーユベジカツ

対応製品名 : ベジタブル スパイラルスライサー

使用部品 : アングルチューブ、カッティングコーン (グリーン)

調理時間 : 30分

材料 (8個分)

大根	1/3本 (正味400g)
ケール	8枚
生ハム	8枚 (80g)
黒こしょう	小さじ1/2
パン粉	80g
ドライバジル	1g
薄力粉	大さじ2
卵	1個
水	大さじ2
揚げ油	適量

〈トッピング〉

レモン	適量
エンダイブ	適量

作り方

下準備

- ・揚げ油は170℃に予熱する。
- ・卵と水は混ぜ合わせておく。
- ・ドライバジルとパン粉を混ぜ、ハーブパン粉を作る。

下準備 (製品で切る野菜)

- ・大根は皮をむき、アングルチューブに入る大きさに切り、両端を平らに切っておく。

1. ケールはしんなりするまで茹でて水気を切る。
2. [野菜を切る] 大根はアングルチューブとグリーンのカッティングコーンで薄切りにする。
3. 2を8等分に分けて重ね、黒こしょうをふり、ケールで包み、さらに生ハムを巻く。
4. 3に薄力粉、卵水、ハーブパン粉の順で衣をつけ、170度の油で約5分揚げる。
5. 器に盛り、エンダイブとレモンをあしらう。