

## ゴーヤの天ぷら 4~5人前

### 材料

ゴーヤ中 1本、天ぷら粉、油、ごま塩

### 作り方

(1) ゴーヤは縦半分に切って、スプーンで中のワタと種を取り除く。

(2) 5ミリくらいの厚さに切る。



(3) 冷水でといた天ぷら粉の中に、ごま塩を適量入れて軽く混ぜる。



(4) (3) に切ったゴーヤを入れてサックリと混ぜる。

(5) 175℃程度の油で揚げる。

(6) カラッと揚がったらできあがり。



### コメント

ごま塩で味付けしてあるので、そのままおいしく食べられます。

苦みが和らぐので、小さいお子さんでも食べられます。

