

# 夏の我が家の自慢レシピ

鶴ヶ島直売所



©torezou

**料理名** アジの梅肉. しそはさみあげ

**ニックネーム**  
※任意記入

よじこ

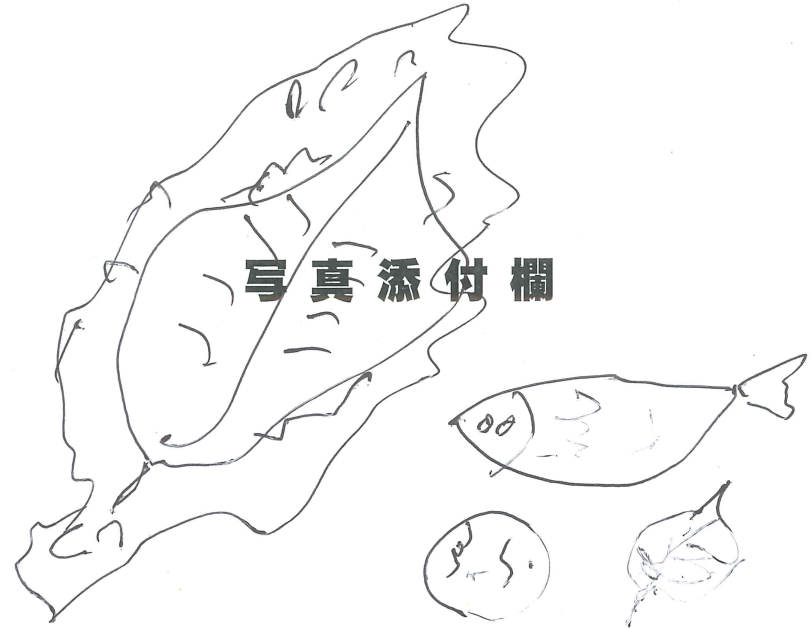
## 材料(4人分)

・アジ 4尾  
・梅干し 47  
・シソ 8枚  
・卵 17  
小麦粉 50g  
パン粉 100g  
油 200cc

## 作り方(調理時間 20分)

魚アジの開き に小麦粉 をふる  
↓  
梅干しをつぶし あじの腹 にのせる  
↓  
シソの葉 をのせる  
↓  
とき卵 をからめる  
↓  
パン粉 をふる  
↓  
180℃油であげる

写真添付欄



## 思い出・エピソード

越生梅林の梅で父が梅干しを作りました。  
シソは庭に自生しているものを利用しました。  
夏バテ防止の香り高い一品です。