

# 干しシイタケの

# メンチカツ

## 材料 (2人分)

- ◎ 合いびき肉 200グラム
- ◎ 干しシイタケ (水に戻したも) 4枚
- ◎ 玉ねぎの粗みじん切り 1/4コ
- ◎ 溶き玉子 1コ
- ◎ 塩 小さじ 1/3
- ◎ こしょう 少々
- ◎ 小麦粉
- ◎ パン粉 } 適量
- ◎ 揚げ油
- ◎ 辛子 好みまで

## つくり方

1. 干しシイタケは粗みじん切りにする
2. ボウルに、ひき肉と溶き玉子半量、塩、こしょう、玉ねぎを加え粘りがでるまでよく混ぜる。干しシイタケも加えて、さらに混ぜる。4等分にして、(少し平たい丸形)小麦粉 → 溶き玉子 → パン粉の順にまぶしつける
3. 揚げ油を170℃に熱し、②を入れ、6分ほど揚げ、引き上げて油をきる
4. 器に盛り、好みで練り辛子と添える