

## 「第4回郷土料理講習会」レシピ

市町村名〔 多良木町            〕

メニュー名	槻木の不思議・悠久石コロッケ	
材料と分量 (4人分をめやす)	材料	分量(4個分)
	ジャガイモ	4～5個(250g)
	カボチャ	1/8個
	具     鹿挽き肉	200g
	ゴマ油	大さじ1/2
	味噌	大さじ1
	醤油	小さじ1
	砂糖	大さじ1
	生姜みじん切り	小さじ1
	餅麦粉(多良木産)	大さじ4
	溶き卵	卵1個に水大さじ2を加えておく
	大豆粉(ご汁用)	40g
	揚げ油	適宜
作り方	<p>仕込み            ジャガイモ・・・洗ったあとラップにくるみ、レンジで加熱。            カボチャ・・・厚めに切り、器に並べラップをかぶせてレンジで加熱。</p> <p>①ジャガイモとカボチャは別々につぶしざっと混ぜる。まだらになるように。            ②鹿挽き肉は、よく炒め、調味料を加えて、さらに炒めて煮、4等分にする。            ③①を4等分にして軽く丸め、②の挽き肉を中心に詰め、しっかりと丸める。            ④餅麦粉・溶き卵・大豆粉の順に衣をつける。            ⑤180度で熱した油できつね色に揚げる。</p>	
アドバイス・こつ	材料が加熱済みなので、高温の油でカラリと揚げるだけでいいです。	
いい伝え・自慢したいこと	多良木町槻木にある悠久石を模しています。今回は中心に鹿肉を使っていますが、中心の具や生地を変えることによってさまざまなバリエーションで作ることも出来ます。	