



ささみのゴマフリッター

4~5人分



ヒリササミ... 6~7枚

たまごのしりし... 1コ

しりし... おおじ
5~7

しお

こしょう

サラダおろし

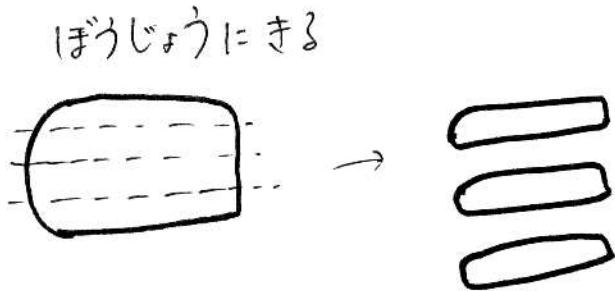
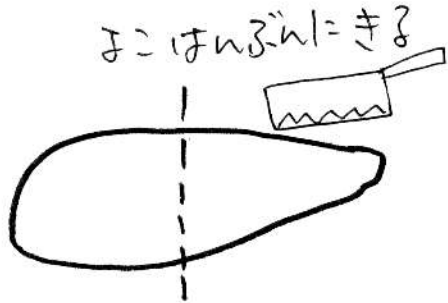
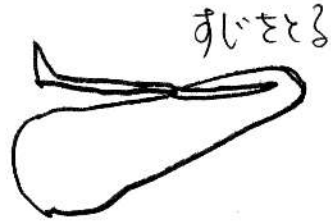
フリッター

1. ささみをきる

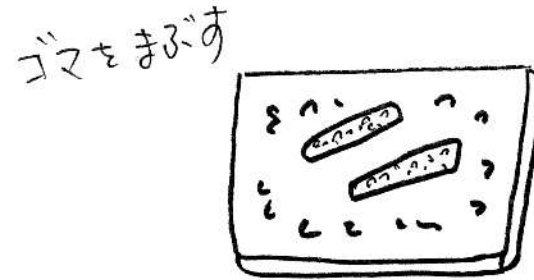
2. ゴマをつける

3. あげる

1. ささみをきる



2. ゴマをつける



3. あげる

180°C で 2~3分

