



トルコの料理

ハムシ・クザルトマ

【材料】(4人分)

いわし(開き)・・・240g
塩・・・・・・・・少々
こしょう・・・・・・・・少々
片栗粉・・・・・・・・適量
揚げ油・・・・・・・・適量

(レモンソース)

★レモン汁・・・小さじ1
★砂糖・・・大さじ1
★酢・・・・・・・・小さじ1
★しょうゆ・・・大さじ1
水・・・・・・・・40ml

【作り方】

- ① いわしに塩・こしょうをふり、片栗粉をまぶす。
- ② フライパンに油を入れ、揚げ焼きにする。

(レモンソース)

- ① 分量の水に、調味料(★)を加え、十分に加熱する。
- ② 揚げたいいわしに①のソースをかける。