

## 2班一A

### ☆カナガシラの唐揚げ



#### <材料> (6人分)

カナガシラ	6尾
下味用調味料	
しょうゆ	小さじ2
酒	小さじ2
みりん	小さじ2
片栗粉	大さじ2 (18g)
揚げ油	適量

#### <作り方>

- ①カナガシラは包丁の背などでうろこ（粗くで可）を取り、水洗いをして3枚に下ろす。
- ②バットに水気を切ったカナガシラの身と下味の調味料を入れ、10分くらい置く。
- ③ビニール袋に下味をつけたカナガシラと片栗粉を入れ、粉をまぶす。
- ④フライパンに2cmくらいの油を入れ、170℃に温まったら、カナガシラを入れきつね色になるまで2～3分揚げる。

#### イチオシな理由：

あまり小売店には並ばない魚だが、新鮮で淡白なため、唐揚げにすると◎

金頭（カナガシラ）の語源は、頭が硬いところから。東北などでは生後100日に行われるお食い初め（箸初とも）に使われる。また長崎などでは節分に欠かせない魚として重要である。