



ひがふなフェスタから 生まれた和風コロケ

■材料（4本分）

- じゃがいも2個
- ホンビノス貝3個
- 焼き海苔1枚
- 煮汁（醤油、みりん、酒 各15cc
砂糖6g、しょうが汁 少々）
- 卵1個
- 小麦粉、パン粉 適量
- 塩、こしょう 少々
- サラダ油 適量



- ① • ホンビノス貝を洗い、水に少量の酒を入れて火にかける
• 貝が開いたら取り出す
• ゆで汁はキッチンペーパーで濾して、残しておく

• ホンビノス貝のむき身を1/6に切り、煮汁（醤油、みりん、酒、砂糖、しょうが汁）に入れ、落し蓋をして弱火で3分ほど煮る



- ② • じゃがいもの皮を剥き、3cm角に切る
• ホンビノス貝のゆで汁で、じゃがいもをゆでる
• 竹串が通るまで柔らかくなったらゆで汁を捨て、弱火で水分を飛ばす
• じゃがいもを温かいうちにすりつぶし、塩、こしょうする



- ③ • ①②を煮汁ごと混ぜる

- ⑤ • 小麦粉→溶き卵→パン粉の順につけ
170℃の油できつね色になるまで揚げる

そのまま何も付けずに召し上がれます

- ④ • 1/4にカットした焼き海苔で俵型に丸めた③をくるむ



*海苔と海苔はくっつけて巻いた方がきれいに揚がります