

<主菜> レバーとポテトのレモンソース



レバーを美味しく食べられるように、色々な味付けで提供しています。
レモンソースは、甘めのたれをレモンでさっぱり仕上げます。

<材料（4人分）>

- ジャがいも 160g (1個)
- ぶたレバー 120g
- レバー下味 しょうゆ 小さじ2
- 酒 小さじ1
- しょうが 2g
- 片栗粉（衣）
- 油（揚げ油）
- ほうれん草 60g (1/2袋程度)

★レモンソース

- しょうゆ 大さじ1
- 砂糖 大さじ1
- みりん 小さじ1
- 酒 小さじ1
- 水 小さじ2
- レモン汁 小さじ1～お好みで

<作り方>

- ① ジャがいもは、皮をむいて厚いちょうに切り、素揚げする。
- ② レバーは、血抜きをしてから下味につける。
- ③ ②の水気をしっかり切って、片栗粉をまぶしつけて揚げる。
※水気が残っていると油がはねるので注意してください！
- ④ ほうれん草は、さっとゆでて水冷してから水気を絞り、3センチ程度の長さにカットする。
- ⑤ たれの材料（レモン汁以外）をあわせて火にかけ、一度煮立てる。最後にレモン汁を加える。
- ⑥ すべての材料を⑤で和え、仕上げにいりごまをふる。

※ほうれん草以外でも、小松菜やキャベツ、いんげんや枝豆など、お家にある野菜を使って作ってみてください。緑色のものが入ると見た目も良くなります。