

王様トマトと モzzarellaチーズのフライ

トマトのレシピ



トマトの酸味とチーズのヨクで
いくつでも食べられそう

材料（2人分）

王様トマト……………1個
モzzarellaチーズ……………1/2個
塩、コショウ……………少々
小麦粉、卵、パン粉……………各適量
サラダ油……………適量

作り方

- ① 王様トマトとモzzarellaチーズは7mmほどの半月切りにします。
- ② 王様トマトに塩、コショウをふり、モzzarellaチーズを挟み、小麦粉→卵→パン粉の順に衣をつけます。
- ③ フライパンにサラダ油を2～3cmほど入れて熱し、②の王様トマトを熱かに入れます。
- ④ 途中フライ返しでそっと返し、衣の両面がキツネ色になるまで、焼くように揚げます。

ワンポイント

ごく少量の油で焼くように揚げれば、トマトとチーズがばらばらにならず、きれいに仕上がります。