

## ポークヒレカツ

### 材料 (2人分)

|           |      |
|-----------|------|
| ポークヒレ肉    | 8枚   |
| 塩・こしょう    | 少々   |
| ┌薄力粉      | 大さじ4 |
| └卵        | 1個   |
| ┌水        | 大さじ2 |
| パン粉       | 適量   |
| 揚げ油       | 適量   |
| ソース       |      |
| ┌トマトケチャップ | 適量   |
| └ウスターソース  | 適量   |



### 作り方

1. ポークヒレ肉を1cm厚ぐらいに切り、塩・こしょうする。
2. ボウルに卵、薄力粉、水を入れ泡立て器で混ぜ、ポークヒレ肉を浸してから、パン粉をつける。
3. 170～180℃の揚げ油で揚げる。
4. ソースの材料を混ぜる。
5. 盛り付ける。

|        |       |
|--------|-------|
| 所要時間   | 20分   |
| 主な調理器具 | フライパン |