

ちびっつとコラム

# 豚レバーの からあげ

豚レバーは牛や鶏のレバーに比べてたんぱく質や鉄分が豊富で低脂肪な食材です。弾力があるので、からあげがおすすすめです。

肉にカレー粉をまぶすのがポイント!

レバー独特の臭みを和らげ、スパイスで香ばしく仕上がりますよ。



(P.N. ミナ フジコ)