

上生身でギョロッケ ♪

【材料】

- 丸高上生身 400g
- パン粉 適量

【作り方】

平らなお皿かバットに敷いたパン粉の上に上生身を適量乗せて、パン粉をつけて油で焼くだけ!!!

※パン粉は焦げやすいので、やや弱めの中火でじっくりとキツネ色になるまで焼いてください。
竹串を刺してついてなければOK!

