

ボリューム満点！レンコンのミルフィーユカツ

【材料：2枚分】

- 豚ロース肉（しょうが焼き用ぐらいの厚さ）200g
- レンコン 120g ●塩 少々 ●コシヨー 少々
- バター液（玉子 2個、小麦粉 大さじ6）
- パン粉 適量 ●揚げ油 適量
- とんかつソース（お好みで）



【作り方】

1. レンコンを1~2mm厚にスライスする。



2. 豚肉の片面に塩、コシヨーをする。



3. 肉を1枚広げたら、その上にレンコンをのせ、その上に肉をのせ、1枚分の量の肉（100g）とレンコン（60g）を交互に重ねていく。



4. 玉子と小麦粉をボウルに入れて、よく混ぜて、バター液を作る。



5. バター液を肉が入るぐらい大きなバットに入れる。3の肉の表と裏に、バター液を付ける。バター液に付けるとカツの衣がはがれにくい。



6. パン粉を両面付けて、手でしっかりと押す。



7. 160度の油で揚げる。5分ぐらいで裏返し、3分ぐらいして、きつね色になったら、上げる。その後、2分置いて、余熱で火を通す。



8. 包丁で食べやすく切って、皿に盛り、お好みで、とんかつソースをかけて食べる。まるで、厚切りトンカツを食べているようなボリューム感に大満足！

