

春 (さくら・つぼみの頃) ネギとさくらえびのかき揚げ



ネギ

この時期は秋に掘り起こされないので畑で冬を越したネギが出回ります。
 <秋の忘れ物?> みずみずしく香りが豊かです。根っこを切りとると水分がポタポタ...
 <忘れ物?>から主役にしました。

1. 材料 (つくりやすい分量)

秋の忘れ物のネギ 2本... 小口切り

さくらえび 5g

コーン缶(つぶ) 山もり大さじ... わたしが好きだからたっぷり

天ぷら粉

炭酸水

あげ油

めんつゆ

適量

適量

2. 下準備

天ぷら粉の袋の表示どおりに水は炭酸水におきかえて

あのシツシツのおかげ?

口当たりが軽くなります。仕上げサクサク
 スーパーで1本 ¥100 くらい

3. つくり方

① あげ鍋に油を入れて中温に熱します。

② ①をすべて混ぜて①の中にスプーンで落とす。

③ 外側がかたまってきたらうら返して色よく揚げる。

④ めんつゆで召し上がり かたまるまではいじらない

170°くらい油の中に菜ばしを入れてからシツシツと泡が立つくらい

POINT
 一度にあげ鍋に入れる量は表面の半分まで。たくさん入れると油の温度が下がる

♪ さくらえびはカルシウムがたっぷり。しかも香ばしい。