

天ぷら

調理時間: 25分 ジャンル: 和食 揚げもの



材料 4人分

エビ	...	8尾	<衣>		
ナス	...	1本	小麦粉	...	1カップ
シイタケ	...	4枚	片栗粉	...	大さじ3
カボチャ	...	4切れ	卵	...	1個
大葉	...	4枚	冷水	...	2/3〜3/4カップ
梅干し	...	4個	<抹茶塩>		
小麦粉	...	大さじ2	塩	...	小さじ2
			抹茶	...	小さじ1/2
			揚げ油	...	適量

下準備



1

- 【1】エビは尾を残して殻をむき、尾の先は切り落として水気をしごき出しておく。背に浅く切り込みを入れて背ワタを取り、腹側に斜めに切り込みを入れ、まな板の上で背側から押さえ付け、まっすぐにのばす。
- 【2】ナスはヘタを切り落とし、斜め輪切りにする。
- 【3】生シイタケは軸を落として汚れを拭き取り、大きい物は食べやすい大きさに切る。
- 【4】カボチャは水に通し、水気を拭き取る。
- 【5】大葉は1枚ずつ水洗いし、水気を軽く押さえる。
- 【6】梅干しは種を取る。
- 【7】<衣>を合わせる。ボウルに卵、冷水を混ぜ合わせ、小麦粉と片栗粉を加えて軽く混ぜる。
※<ポイント> 混ぜ過ぎると粘りが出るので、ダマが残るくらいにサツと混ぜるのがポイント。
- 【8】揚げ油は少し低めの160℃に予熱する。

作り方



1



2



3

- 【1】エビ、ナス、生シイタケ、カボチャ、大葉、梅干しに薄く小麦粉をからめる。カボチャは<衣>をサツと通し、160℃の揚げ油でゆっくりと揚げ色が付く位に揚げ、油を切る。
- 【2】カボチャが揚げたら油の温度が170℃位になっていますので、他の具にもカボチャ同様に<衣>を通して、油に入れてサクッと揚げ、油を切る。
- 【3】器に敷き紙を敷き、天ぷらを盛り合わせ、抹茶と塩を混ぜ合わせた<抹茶塩>を添える。



ケータイでもE・レシピをチェック!

毎日の献立が届く、
無料ケータイ
メルマガもあるよ!

Copyright © 1998-2011 KYOTO AMU All Rights Reserved.
Copyright © 1997-2011 Excite Japan Co., LTD. All Rights Reserved.