

～＊～フライドポテト～＊～

<材料 4人分>

ジャガイモ……中2個

揚げ油……適量

青のり粉……適量

塩……少々

<作り方>



①ジャガイモは、棒状に切り、水に1時間以上さらす。

②ジャガイモを引き上げたら、水気をよく切る。

③低温の油でゆっくりきつね色になるまで揚げる。

④③に青のり粉と塩をまぶす。

※青のり粉を入れることで、塩分が少なくても、磯の風味がカバーしてくれます。

市販のフライドポテトもいいですが、簡単に手作りできます。

売っているようにカリッと揚げるためのコツがあります。

まず、切ったジャガイモが浸かる量の水に1時間ほどさらし、でんぷん質を落とします。

次に、水気をしっかり切って、低めの温度(約140℃くらい)でじっくり揚げていきます。油からひき上げる前に、少し中火～強火にし油の温度を上げると、油切りできます。または、二度揚げしましょう。焦げすぎないように注意してくださいね。

時間がたってもカリッとした食感を保ちたいなら、小麦粉か片栗粉を薄く、まぶしてから揚げるとよいです。

冷凍のフライドポテトの場合は、冷たいままの油に、凍ったフライドポテトをそのまま入れます。

その後、火をつけてください。油の温度が上がるころには、凍ったフライドポテトも、きつね色に揚がっているころです。

油跳ねには、注意してください。