

～＊～味噌風味薩摩揚げ～＊～

<材料 4人分>

魚のすりみ……120g

豆腐(絞る)……60g

ゆで大豆……20g

ごぼう……50g

ちりめん……大さじ1

おろし生姜……小さじ 1/4

麦みそ……小さじ 1

砂糖……小さじ 1/4

酒……小さじ 1/2

片栗粉……小さじ 1

卵……1/2 個

揚げ油……適量

<作り方>

①ゆで大豆は、みじん切りにする。

②ごぼうは、あらくみじん切りにする。

③調味料を酒でよく溶いておく。

④すりみ、絞った豆腐、ちりめん、①②③の材料をよく混ぜ合わせる。

⑤小判型に成形し、170℃程度に熱した油で揚げる。

※ふわふわな薩摩揚げで、おいしいです。

魚のすりみが手にはいらなければ、はんぺんで代用してみてください。

はんぺんは味付けが甘いので、その場合は砂糖を入れなくてもいいと思います。

柔らかくて成形しづらい場合は、手に油をつけて成形するか、片栗粉を少し増やして固さを調整してみてください。

