

～*～鱈の香味揚げ～*～

<材料 4人分>

鱈……4切
塩……少々
コショウ……少々
おろし生姜…少々
酒……小さじ1
片栗粉……適量
揚げ油……適量

<香味だれ>

東京ねぎ…20g
こいくち醤油・大さじ1
酒……小さじ1
みりん……小さじ1
砂糖……小さじ1
水……大さじ2

<作り方>

- ① 鱈をさっと洗い、水気をよく切り、塩こしょうをふりしばらくおく。
- ② 鱈から出た水気をペーパーでふき取り、酒生姜で下味をつける。
- ③ 片栗粉をつけて、余分な粉をはたき、170℃程度の揚げ油できつね色になるまで揚げる。
- ④ 東京ねぎはみじん切りに切る。
- ⑤ 調味料と水を鍋に入れて沸かし、東京ねぎを入れ、しんなりするまで加熱する。
- ⑥ ③の魚に⑤のたれをかけて食べる。

※今が旬の鱈にかけた香味だれが香ばしくおいしくいただきました。



鱈以外にも、鶏肉にかけてもとてもおいしいですよ。

豆板醤などを少し入れると、ピリ辛味になります。