



※写真はイメージです。

魚介類のうま味と彩りが際立つだんらんメニュー！

えびとたことあさりのかき揚げ

材 料 (4人分)

むきえび・ゆでたこ ……各100g
 むきあさり(または帆立貝柱) ……100g
 みつ菜 ……1束(40g)
 みょうが ……3個
 長ねぎ(または玉ねぎ) ……1/2本
 小麦粉 ……大さじ4
 A [市販天ぷら粉・冷水…各3/4カップ
 揚げ油・レモン・塩 ……各適量

作り方

1. えびは塩水で洗って水気を拭き、みつ菜は2cm長さに切る。
2. たこは小さめのぶつ切りにし、みょうがは薄輪切りにする。
3. あさりは塩水で洗って水気を拭き、長ねぎは小口切りにする。
4. 1～3を別々にボウルに入れ、小麦粉大さじ1・1/3ずつをまぶす。
5. Aをよく混ぜ合わせて3等分にして4にそれぞれ加えて混ぜる。
6. 揚げ油を170度に熱し、5をそれぞれ4等分にして玉じゃくしに受け、鍋の縁から入れてカラリと揚げる。
7. 器に6を盛り、レモンと塩を添える。