

第31回 **こごち**
楽楽Cooking
 らく らく クッキング

季節の料理「天ぷら」

ガスマイルでは3ヶ月に1度の掲載ですが、メール配信サービスにご登録いただくと月1回配信いたします。詳しくは、メール配信サービスページをご覧ください。

材料	
海老	天ぷら粉 2カップ
ヤングコーン	水…… 3カップ弱
茄子、南瓜	卵黄 ……… 1つ
オクラ、ゴーヤ	

天だし	
だし ………	40cc
赤酒 ………	10cc
醤油 ………	10cc



point!
 ・野菜は揚げすぎないようにする。油の中で8割程度火を入れて、余熱で2割火を入れる。
 ・天ぷらを揚げる時は、鍋の中に入れすぎると油の温度が下がり、衣がモチモチとした食感になるため、具材は鍋の半分程度入れる。

作り方

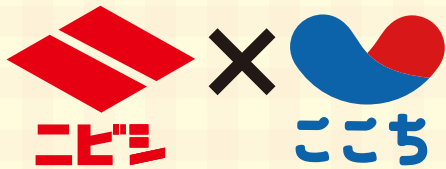
- ① 天だしを作る。鍋に、だし・赤酒・醤油を入れて火にかける。
- ② 野菜を切る。海老は殻をむき、筋切りをして筋をのばす。
- ③ 海老に打ち粉をする。※野菜は基本的に打ち粉をしなくてよい。
- ④ ボウルに卵黄・水・天ぷら粉を入れてさっくり混ぜる。
- ⑤ 野菜に衣をつけ揚げる。海老を揚げる時は粉を足し、衣を濃いめにして揚げる。(180℃)
- ⑥ お皿に盛り付ける。海老の土台となるまくらを置き海老を高々と盛る。その後野菜を盛り付け完成!



こちらから作り方の動画をご覧いただけます。



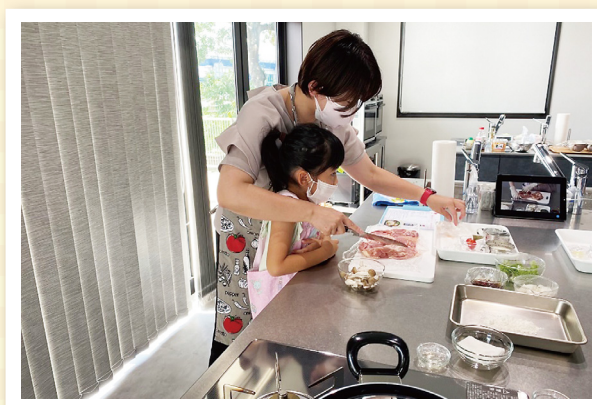
市吉 正昭 先生
 プロフィール
 ・日本料理 いちよし店主
 ・こごち飯塚「和食」講師



コラボ ミニイベント結果報告



7月16日(土) 直方



8月10日(水) 飯塚

7月16日(土)こごち直方・8月10日(水)こごち飯塚で、ミニイベント親子料理教室を開催しました。今回は福岡の調味料メーカーである「ニビシ醤油株式会社」とコラボ親子料理教室でした。皆さまに調理して頂いたのは、ガスマイルvol.57 P.7 ニビシクッキングに掲載の、ニビシ『四季のつゆかつおストレート』を使用した『若鶏の和風フリカッセ』です。
 ご参加頂いたお客様より「親子で楽しく過ごすことができました!」「自宅でももう一度作ってみます!」など嬉しい声をいただきました\(^o^)/