

二子さといもと鮭の秋色かき揚げ

材料

- 二子さといも 大1個
 - 秋鮭切り身 1切れ (150g)
 - 塩 小さじ1/2
 - 人参 15g
 - ねぎの青い部分 5cm
 - 小麦粉 小さじ1
 - 揚げ油
 - すだち、レモン又は大根おろし (お好みで)
- A**
- 小麦粉 大さじ3
 - 片栗粉 大さじ1
 - 冷水 大さじ2
 - 白だし 大さじ1
 - マヨネーズ 大さじ1

作り方

- ① 二子さといもは皮を剥いて、縦半分に切り、縦に1mmの薄切りにする。
- ② 鮭は全体に塩小さじ1/2をまぶし5分おく。水でサッと洗い、ペーパータオルで水気を切る。触ってみて骨があれば抜き、皮を除いて1口大の薄めの削ぎ切りにする。
- ③ 人参は細めの千切り、ねぎは小口切りにする。
- ④ ①②③をボールに入れ、小麦粉大さじ1を全体にまぶし絡める。
- ⑤ 小さめのボールにAを合わせ混ぜ、④のボールに入れて混ぜ合わせる。(※混ぜすぎない)
- ⑥ フライパンに揚げ油を2cmほど、170°Cに熱し、大きめのスプーンや木べらなどに⑤を1/4量ずつ平らにならして静かに油の中へ入れ、表面がカリっときつね色になるまで揚げる。
- ⑦ お好みですだちかレモン、大根おろしを添えて食べる。

調理ポイント

- 衣に使った白だしは食塩相当量0.6gのものを使用しました。(大さじ1あたり) もしそれより少なかったり多いものを使用したりする場合は量を調節してください。
- 衣に白だしが入っている分、油で揚げる際に焦げやすいので、油の温度が上がりすぎないように気をつける。
- 鮭は揚げたときにサクッと仕上がり、味がぼやけないように塩をふって余分な水分と臭みをとるひと時間かけました。

こだわったポイント

- 以前から冷蔵庫の残り野菜を合わせてかき揚げを作るのが好きで、二子さといもは、他のさといもと違って水っぽくならず、表面がカリッと仕上がり、衣とよくくっついて油の中でバラバラになりにくいので、とてもかき揚げに向いていて、揚げるのが楽でした。
- 揚げたてのホクホク感と鮭の旨味を味わえるように、そのまま食べられるよう衣に味付けをしました。
- 衣が少量になるので、マヨネーズで卵の代用と衣がさっくり仕上がるようにしました。