

岡山の魚を
食べよう!



材料 (2人分) & 作り方

40分
程度
調理時間 1尾まるごと

- シバエビ …………… 100 g
- みつば …………… 20g
- 玉ねぎ …………… 中1/2個
- 市販の天ぷら粉 … 大さじ3~4

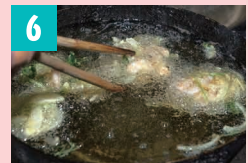
下準備 / ★シバエビを流水で洗い、ザルにあげて水気を切る。
★みつばを洗い、キッチンペーパー等で水気を取る。



1 頭を取り、頭側から尾に向かって殻を引っ張って殻をむく。背ワタが気になる場合は取り除く。

2 1を流水で洗ってキッチンペーパーで水気をしっかり取る。

3 玉ねぎは繊維に沿って薄切りに、みつばは2cm程度に切ってボウルに入れ、シバエビを入れる。



4 天ぷら粉を少しずつ入れながら、手で濡らした手でダメにならないようにかき混ぜる。

5 軽く粘りが出て全体に衣がなじんだら、お玉に1個分を入れて170℃の油にゆっくり入れる。

6 表面が固まってきたら裏返して2分ほど揚げ、泡が小さくなり、玉ねぎがきつね色になったら上げる。

POINT

天ぷら粉は数回に分けて入れ、全体がまとまるように調整しましょう。粉っぽさがなくなる程度でOK。



詳しくはこちら



シバエビのかき揚げ

かき揚げ丼におススメ!

食材中の 8大アレルゲン



okayama ebooks