

烏や魚の唐揚げ



調理時間約30~35分（鳥肉の漬込み時間含む） / *1人前の原価約172円（飾り含まず）

！ 材料約2人前
鳥もも肉・・・100g
美味(おい)だれ・・・15cc
濃口しょう油・・・15cc
みりん・・・2.5cc
白ワイン・・・30cc
片栗粉・・・適

！ 作り方

- ① 鳥肉を漬込むための調味料を合わせます。美味(おい)だれ、濃口しょう油、みりん、白ワインです。
- ② 合わせましたら鳥もも肉を入れ、20分間漬け込みます。
- ③ その間に油を温めておきましょう。
- ④ 漬け込みが終わりましたら鳥肉を漬け汁から出し、片栗粉をまぶし、揚げていきます。この時の油の温度は169℃~170℃です。
- ⑤ 軽いきつね色になりましたら、1度油から出します。そしてそのまま約2~3分程度おきます。その間に油の温度を約180℃まで上げます。
- ⑥ 再び鳥肉を油の中へ入れ、10~15秒数えましたら取り出します。後はお好みに飾りつけをして出来上がりです。

【コメント】

- 2度に分けて揚げるのは、鳥肉をフワッとさせるためと、ころもをカリッとさせるためです。せっかく作ったのに直ぐ衣が水っぽくなっては料理が台無しです。
- お子様がお近くにいる時は十分お気を付けてください。又、調理されている時は油の前から離れないでください。
- お酒やビールのお供にするのでしたら、にんにくを増やすことをおすすめします。
- 粒マスタードを付けて食べて美味しいので、お試しください。