



米茄子と鶏ひき肉のはさみ揚げ 青のりあん

Minced chicken sandwiched between *beinasu* eggplant slices and deep-fried, topped with thickened green laver sauce

さくっとしたはさみ揚げにあんをかけて。青のりの香りが春を感じさせます。

◎材料(1人前)

米茄子……………厚さ4cm

鶏ひき肉……………50g

A 長ネギ(みじん切り)……………3cm強
しょうが(すりおろし)……………小さじ1/3
塩・酒……………少々
卵(つなぎ用溶き卵)……………少々
片栗粉……………適量

B 小麦粉・水……………適量

C だし……………80cc
薄口醤油・酒……………各10cc
塩……………少々
青のり……………3g

片栗粉(水溶き用)・揚げ油……………各適量

◎作り方

1. 米茄子は1cm厚さの輪切りにします。
2. 鶏ひき肉にAの材料をすべて入れ、ボールでよく混ぜ合わせます。
3. 別のボールに水と小麦粉を入れ、天ぷらの衣をつくります。
4. 米茄子の上に(2)のたねを5mm程度の厚みで平らにのせ、それを米茄子ではさみます。
5. (4)に衣をつけ、180℃の油で、中に火通るまで揚げます。
6. 鍋にCの材料を入れ、一度煮立たせて、水溶き片栗粉でとろみをつけます。
7. お皿に米茄子を盛りつけて、(6)の青のりあんをかけます。

◎ポイント

揚げる時の温度が高すぎると、肉に火が通ってないのに茄子だけ揚がってしまいます。火加減に気をつけてください。

