



Une recipe

29

いろいろフライ

大人のタルタルソース、お試しあれ。



材料 4人分

鶏ささみ… 6本
帆立貝柱… 8ヶ
殻付きえび… 8本
梅酢… 大さじ 2
薄力粉… 適量
卵… 1個
パン粉… 適量
揚げ油… 適量
タルタルソース
マヨネーズ… 大さじ 6
玉ねぎ… 1/6個
刻んだしぼ漬け… 大さじ 2
たたいた梅… 小さじ 1
青じそ… 3枚

- 1 タルタルソースを作る。玉ねぎをみじん切りにし水にさらし、しっかりと水気を絞る。ボウルにマヨネーズ、玉ねぎ、刻んだしぼ漬け、たたいた梅、刻んだ青じそを入れ、混ぜる。
- 2 ささみは半分の長さに切り、ボウルに入れ、梅酢を大さじ1絡める。
- 3 殻付きえびの殻と背ワタをとる。帆立貝柱、えびにもそれぞれ梅酢を大さじ1/2絡める。
- 4 ②と③の水分を軽く切って、薄力粉、溶き卵、パン粉の順で衣をつけて、165～170℃の油で2分半～3分揚げる。帆立貝柱、えびはもう少し早めに引き上げる。