

# こりゃ・・・うめ～鶏天！！

(考案者) 佐藤 和美

(レシピ誕生のきっかけ)

鶏天が大好きで育ちました。最近唐揚げに押され、下火になってる気がしたので、大分市民として鶏天の定番にひと工夫・・・と考えてみました。今回は鶏天そのものの味付けに工夫を試みましたが、アレンジ鶏天の変身メニューも考えて作ることができます。



## 材料(6)人分

(鶏肉と下味)	揚げ油:約600g	(タレ1)
鶏もも・むね肉:それぞれ450g	天ぷら粉:180g	マヨネーズ:大さじ6 梅肉:大さじ1
↓下味の調味料↓	A 米粉:大さじ3	大葉:6枚 カボス汁:大さじ1
塩糎:大さじ2 料理酒:大さじ2	水:180~200ml	(タレ2)
かつお節:10g(3袋)	カボス:1個	だし汁:120ml 三温糖:大さじ2
梅肉:45g(大さじ3)	レタス:大1/2個	みりん:大さじ2 薄口醤油:大さじ2
大葉:12g(12~13枚)	キャベツ:中1/2個	料理酒:小さじ1 梅肉:約3個分
	赤玉ねぎ:1個	大葉:6枚 カボス汁:大さじ1

## 作り方

①鶏もも肉・むね肉は1口大に切る。梅肉を包丁でたたいて細かくし、大葉は細切りにする。切った鶏肉に料理酒を良く揉み込み、10分ほどしたら塩糎と梅肉も揉み込み、20分以上浸け込んで下味を付ける。

(A)は冷蔵庫でそれぞれ冷やしておく。

②つけ合わせの野菜の準備をする。

- ・レタス:洗って手でちぎり、水気を取る。
- ・キャベツ:洗って千切りし、水気を取って冷やす。
- ・赤玉ねぎ:スライスして水にさらし、すぐ水を切って軽く絞る、冷やす(辛味は時間とともに消えます)。
- ・カボス:くし切りにしておく。

③下味を付けた鶏肉に、細切りの大葉とかつお節を更に混ぜ込む。(A)を冷蔵庫から取り出し、天ぷら粉と水をはじめに混ぜ、その後米粉をふり入れてサックリ合わせて衣を作る(この時、衣液の表面に米粉が残っていても大丈夫です)。

揚げ油を180度に温める。

④鶏肉に衣を付けて揚げる(梅肉・大葉・かつお節も付いていて大丈夫)。3分ほどで浮いてきたら返し、30~40秒くらいで取り出す(揚げ時間は肉の大きさによって異なる)。

⑤器に②の野菜を盛り付け、鶏天を並べる。(タレ1)(タレ2)とくし切りのカボスを添えて出来上がり。

(タレ1:梅しそマヨソース)は材料を混ぜ合わせる。

(タレ2:梅つけダレ)は梅肉と大葉以外を合わせて一煮立ちさせ、梅肉と大葉は後から仕上げに加える。