



豚肉とパセリの変わり揚げ

材料4人分

豚バラスライス 200g
パセリ 1/2袋
玉ねぎ 1/2玉
紅生姜 100g



◆天ダレ◆

だし 180ml
みりん 40ml
砂糖 15g
濃口しょうゆ 40ml

〈打ち粉〉

薄力粉 100g

〈揚げ衣〉

薄力粉 50g
水 180g

作り方

- ① 豚肉を2cm幅にカットします。
- ② パセリは食べやすい大きさにちぎり、水で洗います。
- ③ 玉ねぎは皮をむき、 $\frac{1}{2}$ 玉を5mm幅にスライスします。
- ④ 紅生姜はザルにあげ、水分を切っておきます。
- ⑤ 揚げ衣をボウルに合わせます。
- ⑥ ①～④をボウルに合わせ、打ち粉をしてよく混ぜ合わせます。
- ⑦ ⑥の材料に⑤の揚げ衣を合わせ、タネを作ります。
- ⑧ 揚げ油を火にかけ、170～180℃でカリカリになるまで揚げます。
- ⑨ 天ダレの材料を鍋に合わせたら火にかけ、ひと煮立ちさせ器に注ぎます。
- ⑩ 揚げあがった変わり揚げに天ダレをつけていただきます。