

揚げ出し豆腐



使用する物 (具材)	量	使用する物 (調味料)	量
・花かつお	適量	薄口醤油	大さじ2杯
・豆腐	1丁	みりん	大さじ2杯
・片栗粉	60g	花かつお	20g
・大根おろし	10g	水	400ml
・刻みネギ	適量		

①



水400mlを沸騰させて火を止めます。
花かつおを20g入れたら、あとは触らずに
10分程放置して出汁を取れます。

②



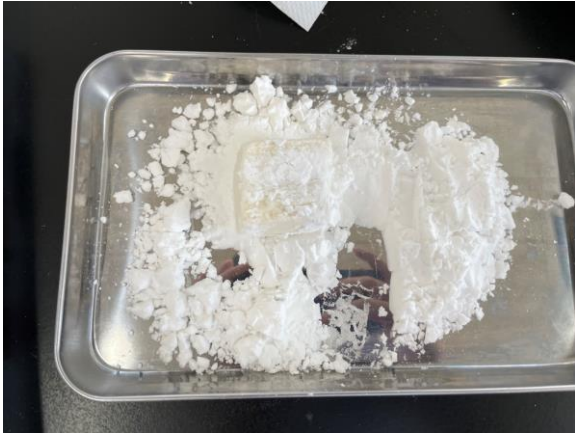
出汁が取れたらざるにキッチンペーパーを
敷いて濾します。出汁は後で調味料を混ぜ
て温めるので、お鍋に取ってください。

③



豆腐を丁度良い大きさに切ります。1丁の
場合は6等分ぐらいが良いです。ラップを
ふんわりかけて、レンジ600Wで2分程温め
ます。水が出てくるのでキッチンペーパー
でしっかりと拭き取ります。

4



バットに片栗粉を広げて、十分に水気を取った豆腐を置き、全面にしっかりとまぶします。

5



豆腐全体が浸るくらいの油を用意して、 $160^{\circ}\text{C}\sim 170^{\circ}\text{C}$ くらいで揚げます。全体がしっかり揚がるように菜箸で転がしながら3分程度揚げます。

6



作っておいた出汁に薄口醤油とみりんを混ぜ合わせ、火に掛けて温めます。

7



お皿に豆腐を乗せておつゆをまわし掛けたら、花かつおをたっぷり乗せて完成です。かつお出汁と鰹節でダブルの美味しさです。