

柿メニュー



ゆで卵と干し柿の天ぷら

作り方

- ① 卵はゆで卵にして、殻をむく。
- ② 干し柿はへたを取って、縦に包丁を入れて広げ、種を取る。(卵をきれいに包むため干し柿を軽く叩いてのぼしたり、小さければ干し柿を増やしても良い)
- ③ ②の干し柿で①を包む。
- ④ Aで衣を作る。
- ⑤ ③に小麦粉をうすくまぶして、④の衣をつけて油で揚げる。

※ 作り方⑤で④の衣をつけた後、さらにパン粉をまぶして揚げても良い。

1人分栄養価
317kcal
食塩相当量
0.3g

ポイント!

この一品は切って盛り付けた時に、ゆで卵の黄身の黄色、白身の白色、干し柿の赤色で、とても鮮やかな料理です。クリスマスやパーティー料理、お祝いの料理の中によく盛り込まれます。干し柿のほのかな甘みが天ぷらにすることにより、ほんのりと香ばしいものになって美味しく、ゆで卵を入れないシンプルな干し柿天ぷらもあります。



秋

材料 (4人分)

卵……………4個
干し柿……………大4個
小麦粉……………適量
A { 小麦粉……………1カップ
卵……………1個
水……………適量
揚げ油……………適量