

おすすめレベル★★★★

給食レシピ いかの^{さらさ}更紗揚げ



材料【4人分】

- いか切身（50g）…………… 4枚
- A {
 - おろししょうが …………… 少々（チューブ5cmくらい）
 - 濃口しょうゆ …………… 小さじ1強
 - 清酒 …………… 大さじ1
- B {
 - 片栗粉 …………… 大さじ3～4
 - カレー粉 …………… 小さじ1弱（お好みで）
- 揚げ油



作り方

- ① いかの表面に細かく切り込みを入れる。（鹿の子切り）
※食べやすくしたり、油ハネを防いだりするため。
- ② Aの下味に①を30分以上つけこむ。
- ③ ②の汁気を切り、混ぜ合わせたBの粉をつける。
- ④ 170～175℃の油で揚げる。



ポイント

- 下味を切り、粉をしっかりつけて余分なものは払うことです。
- 油の温度が高かったり、揚げすぎたりすると、いかが爆発しやすくなります。また、いかに水分が付着していると、揚げている時に油ハネするので、注意してください。

「更紗」とは、染め物のことです。しょうゆの赤、でんぷんの白、カレー粉の黄が、染め物に似ていることから名付けられました。