

サバの竜田揚げ



—特徴—

- ☆コーンフラワーを使用した竜田揚げ。
- ☆コーンフラワーがサバのくさみを抑制し、旨味を引き立てます。
- ☆キレの良い醤油味が香ばしく、おつまみとして最適です。

〔 材 料 〕

サバ (3枚おろし)	1尾
コーンフラワーイエローNo.7	適量
酒	90g
醤油	96g
生姜	24g

サニーメイズ公式インスタグラム [🔍 検索](#)

Instagram でレシピと動画を公開中♪

株式会社 サニーメイズ

Tel. 054-365-5163
Fax. 054-364-2578
静岡県静岡市清水区横砂南町 2-1

〔 作 り 方 〕

- ① サバをひと口大にそぎ切りにする。
- ② 酒、醤油、すりおろした生姜を混ぜ合わせ、調味液を作成する。
- ③ サバと②の調味液をポリ袋に入れ冷蔵庫で 3 時間程漬け込み下味をつける。
- ④ ③をザルにとり、余分な調味液を軽くふきとる。
- ⑤ ④にコーンフラワーイエローNo.7 をまぶす。
※余分な粉があると衣が厚くなってしまうので、軽くはたく。
- ⑥ ⑤を 170℃の油で 4 分ほど揚げる。揚がったら網の上に取り出し、油をしっ
かり切る。
※揚げ時間はあくまで目安なので、実物を見ながら調整する。