|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 所属  団体  氏名 | いしかりそば同好会　後藤　篤雄 | | |
| 料理名 | そばがきの揚げ出し  （４人前） | |  |
| 料理 | 材料名 | 分量 |
| そば粉  水  そばつゆ（辛汁）  片栗粉  もみじおろし  長ネギ  揚げ油  （用意するもの）  雪平鍋  フライパン鍋  木ベラ  菜箸  はかり  計量カップ  包丁  まな板  カセットコンロ  キッチンペーパー | 160g  400cc  200cc  ひと摘み  少々  少々  １ℓ |
| 作り方 |
| 1. 鍋に水とそば粉の全量を入れ、ホイッパーでよく混ぜる。 2. 溶けたら強火に。ヘラで沸騰するまで手早くかき混ぜる。（焦げ付かないようによく混ぜる） 3. 粘りが出たら火からおろして練る。全身を使って、できるだけ早いスピードで一気に掻いて掻きあげる（時々、火からおろして掻き混ぜるとダマができない。 4. 全体を４分割する 5. 油を170℃にし、④のそばがきを揚げる。全体がキツネ色に揚がればよい。（そばがきが柔らかい   ので形が崩れないように注意する）   1. 器に盛り、温めた「だしつゆ」を注ぐ。もみじおろしとネギを飾る。 2. 「だしつゆは」そばつゆに片栗粉を水で溶かし熱を加え僅かなとろみをつける。 |
| 備考 | 揚げたそばがきは表面がサクッとし、その後フワットした感触が何とも言えません。  また「だしつゆ」とのハーモニーも最高です。 | | |