|  |  |
| --- | --- |
| 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 | 160g400cc200cc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。 |