



## ★ごぼうの棒天ぷら★

〈材料〉3~4人前

ごぼう・・・1本（長い物）

水・・・1.5ℓ

和風だし・・・大さじ1

しょうゆ・・・大さじ2

みりん・・・大さじ2

揚げ油・・・適量

小麦粉・・・適量



〈作り方〉

- ① ごぼうを良く洗い必要であれば包丁の背で皮をむく
- ② 約5センチの長さに切り、太い所は縦に4等分、細い所は半分に切る
- ③ 水、和風だし、しょうゆ、みりんを鍋に入れ煮汁を作る
- ④ ③にごぼうを入れ少し固さが残るくらいまで煮る
- ⑤ 火を止め約5分、煮汁に漬け置く。ザルにあけ粗熱を取る
- ⑥ キッチンペーパーで水分をふき取り、ボウルに小麦粉で衣を作る
- ⑦ ごぼうに小麦粉をまぶし、ボウルの衣をつけながら約170℃の油できつね色になるまで揚げて完成♪

