

「佐野黒から揚げ」の基本レシピです。これを参考にお好きなソースや調味料を使用して、オリジナルの「佐野黒から揚げ」に挑戦してみてください。

|                                         |         |         |                                             |
|-----------------------------------------|---------|---------|---------------------------------------------|
| メニュー名                                   | 佐野黒から揚げ |         |                                             |
| 《本レシピによるおいしさのPOINT》                     |         |         |                                             |
| 衣はガリッと感を強調し、ソースの味生姜の香り。<br>中はしっとり仕上げたい。 |         |         |                                             |
| 《材料・配合》                                 |         |         | 人分                                          |
| 材 料 名                                   | 使用量 (g) | メーカー・産地 | 《調理手順・工程》 所要時間(おおよそ) 分                      |
| 鳥もも肉                                    | 100     | 国産      | (下準備)                                       |
| *つけ込みタレ                                 |         |         | ① 鳥もも肉は30～40gにカットする。                        |
| 馬松やきそばソース                               | 15g     |         | ② 馬松ソース、ブレンドソース、こしょうを混ぜたタレに入れ3～6h置く         |
| ブレンドソース                                 | 7g      |         | ③ おろし生姜、おろしにんにくを混ぜ、片栗粉1を混ぜる。                |
| こしょう                                    | 0.5g    | 粉       | ④ 片栗粉2をざっくり混ぜて岩石みたいにする。                     |
| おろし生姜 (生)                               | 7g      | 生をおろす。  | ⑤ 190度の油で4分～5分あげて4分置いて余熱で火を入れる。             |
| おろしにんにく                                 | 3.5g    | 既製品可    | (調理手順)                                      |
| 片栗粉1                                    | 10g     |         | ① 鶏肉を漬け込んで冷蔵                                |
| 片栗粉2                                    | 25g     |         | ② 片栗粉1を練り込み、2をざっくりつけ冷蔵する。                   |
|                                         |         |         | ③ 190度の油で揚げる。                               |
|                                         |         |         | (問題点と検討事項)                                  |
|                                         |         |         | 黒い色はマストなので、190℃位の高温で揚げる                     |
|                                         |         |         | 揚げ始めないと揚げすぎでかたくなる。                          |
|                                         |         |         | 本当は190℃で2分揚げて5分おき、仕上げに200℃で1分揚げるのがいい。(二度揚げ) |
| 《材料・配合のこだわりPOINT》                       |         |         | 《調理方法の工夫POINT》                              |
|                                         |         |         | * 片栗粉が多くなると肉感が減るので、適量つけたい。                  |
|                                         |         |         | * 片栗粉2は足りなければ適宜足す。                          |