桜えびと新玉ネギのかき揚げ



調理時間　約15分
カロリー　368kcal(1人分)

材料　(4～5人分)

桜えび	20g
水	80ml
酒	大さじ2
青のり	小さじ1
新玉ネギ	1個
天ぷら粉	1/2カップ
冷水	100ml
揚げ油	適量
オーブンシート 8cm×8cm角	10枚
塩	適宜
レモン	適宜

作り方

1. 水と酒を合わせ、桜えびをつける。新玉ネギ1cm幅に切る。
2. ボウルに水気をきった(1)の桜えびと新玉ネギを入れ、天ぷら粉、青のりを混ぜ合わせ、冷水を少しずつ加える。
3. クッキングシートに(2)をのせる。
4. 鍋をコンロにのせ、揚げ油を入れ、揚げもの温度調節スイッチを押して160度に設定する。(3)を静かに油に入れ、上下を返してオーブンシートをはずし、3分ほど揚げる。
5. お好みで塩、レモンなどを添える。

低めの温度でじんわりと揚げる野菜のかき揚げも、揚げもの温度調節機能ならお手のもの。