

目張の茶葉天ぷら

●材料● 4人分

めばる (200g) 1尾
粟麩 1/4 本

茶葉衣
卵黄 1 個
水 200ml
小麦粉 100g
粉茶 2g

(分量外)
塩、小麦粉、揚げ油

●作り方●

- 1、おろしためばるに、薄塩を約 10 分する。表面を水で洗い流し水気をふき、血合い骨を抜く。
- 2、めばるを観音開きにし、小麦粉をつけ、棒状に切った粟麩をくるんで一口大に切る。
- 3、卵黄に水を溶き、粉茶をませた小麦粉をざっくりませて衣とする。
- 4、めばるの表面に打ち粉をし、茶葉衣をつけて色よく揚げ