

YUZU RECIPE 02

旬野菜の素揚げとサバの大和芋揚げ

おろしゆずぼん酢添え



大地と海がもたらす季節の恵みを、香り豊かなおろしゆずぼん酢で味わいます。
大和芋の衣はふわっと軽く、野菜は素揚げすることにより味が凝縮し、ぼん酢がよく絡みます。

材料

パプリカ - 1個
ズッキーニ - 1/2個
ししとう - 5本
万願寺とうがらし - 2本
茄子 - 3本
ミニトマト - 5個
赤大根 - 1/4本
大根 - 1/3本

大和芋 - 1/2本
サバ - 1枚
米油 - 適量
タイム - 適量
塩 - 適量
白胡椒 - 適量
ゆずぼん酢 - 適量
グランドの塩 - 適量



作り方

1. 旬の野菜を大きめにカットする。(ししとう、万願寺とうがらし、ミニトマトはそのまま) 大根おろしを作り、程度に水気を切る。大和芋をすりおろし、さえ箸で混ぜほぐしておく。
2. 新鮮なサバの中骨を抜き、皮をひき、一口大にカットする。カットしたサバの両面に塩、白胡椒をする。
3. 170度にした米油で野菜を素揚げする。それぞれの野菜を香ばしく揚げたら、バットにあげる。
4. サバを大和芋にくぐらせ、スプーンを使って丸めながら油に落とし、揚げる。
5. 器に野菜とサバを盛り付け、タイムを散らし、グランドの塩と白胡椒をする。
6. 別の器に、大根おろしとゆずぼん酢を盛り付ける。

CHEF'S POINT

野菜ごとに火の入り方が違うのと、一度に揚げると油の温度が下がるので、種類ごとに少しずつ揚げていくのがコツ。大根おろしは鬼おろしを使うとなお良い。仕上げには、旨味もあり、不均一な食感を生み出す、粒子の大きなグランドの塩がぴったり。