

チキン南蛮

材料) 作りやすい分量

鶏もも肉 2枚 唐揚げサイズに切る。

衣

強力粉 50g、片栗粉 25g、日本酒 70g、濃口醤油 30g、ごま油 10g、卵 1/2 個

南蛮酢

A=日本酒・みりん各 50g

濃口醤油 25g

砂糖 20g

米酢 50g

タルタルソース

マヨネーズ 200g、玉ねぎ 100g、塩小さじ 1/2、ケイパー10粒、茹で卵 2個、パセリ適量
揚げ油適量



作り方)

1. 南蛮酢を作る。鍋に A を入れて火にかけて、アルコールが飛んだら濃口醤油、砂糖を加えて煮溶かす。火を止め、米酢を入れて保存容器などに入れて冷ます。
2. タルタルソースを作る。玉ねぎはみじん切りにしてボウルに入れ、塩を加えて馴染ませ、20分程置く。水洗いをしてぎゅっとしっかりと水気を絞る。ゆで卵は殻を剥き、細かく刻む。ケイパー、パセリも刻む。タルタルソースのすべての材料を合わせ、よく混ぜる。
3. 衣を作る。全ての材料をボウルなどに入れ、泡立て器などでよく混ぜ、馴染ませる。
4. 鶏肉を食べやすい大きさに切り、3にくぐらせて 170度の揚げ油で約4分を目安に揚げる。
5. 引き上げて油をきっちりと切り、すぐに南蛮酢に絡めてすぐに引き上げ、汁気を切る。
6. 5を盛り付け、タルタルソースをたっぷりかける。お好みで葉野菜や千切りキャベツをお皿に盛り付け、トマト、レモンを置くと良い。



←南蛮酢。アルコールをしっかり飛ばしてから



←お砂糖とお醤油を入れて溶かします。



←溶けたらすぐにお酢。で、きっちり冷やしておきましょう。



←玉ねぎは塩をしてしばらく置き、水洗いをしてギューーーーっと
とにかく水気をきっちり絞ること。でないとタルタルがゆるゆるに
なります。



←タルタルは惜しげもなくたっぷりかけてあげるのがポイント。
タルタルをケチった南蛮漬は食べたくない！



←鶏肉には味をつけず、衣に下味をつけます。レシピの倍量がこちら。
私は卵を半分使うのが苦手なので多めに作って衣を冷凍してます。



←泡立て器で粉っぽさがなくなるまで混ぜます。



←衣をコッテリとつけて、



←優しい火加減で4分加熱。唐揚げより少し長め。



←バットには置かずすぐに冷たい南蛮酢へドボンと入れて絡めるだけ。漬け込まない。すぐにお皿へ。



←たっぷりタルタルを乗せて、お好みで追いパセリを。