

とうもろこしのかき揚げ

合計加熱調理時間 約 18分

[1人分：114kcal/ 食塩相当量：0.3g]

サクサク、プチプチの食感がたまらない！
エッグパンを使えば、かき揚げもきれいに仕上がります。



材料（8人分【1人分2個】）

とうもろこし（皮をむいてひげを取る）	2本
<材料a>	
タマネギ（粗みじん切り）	150g
桜海老	10g
塩	2g
白こしょう	少々
天ぷら粉	90g
冷水	60cc
サラダ油	20g

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

分量

8人分【1人分2個】

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	—	10分	100℃
2	ホットエアー	—	8分	210℃

下ごしらえ

・冷水とサラダ油は合わせる。（※1）

作り方

- 65mmの穴あきホテルパン1枚にとうもろこしを入れて【設定1】で予熱後、加熱する。1本を1/3等分の筒切りにし、立てて包丁で実を切り落とす。
- ボールに1、<材料a>を入れ、天ぷら粉を加えてまぶすように和え、（※1）を加えて混ぜ合わせる。
- 20mmのエッグパン2枚に2を入れて【設定2】で予熱後、加熱する。

調理ポイント ◆お好みで塩やポン酢を添えてもよい。