



おおどつ天



江戸時代から飢肥地方に伝わる、薩摩揚げに似た揚げ物であるが、味は異なる。シイラ・イワシ・アジなどの、日向灘の近海で取れる、大衆魚を丸ごと、すり身にしたもの、豆腐を混ぜ、卵・醤油・砂糖を加えて揚げて作る。薩摩揚げに比べて、柔らかく、ふんわりとした食感で、少し甘めで独特の味わいがある。

■材料■(4人前)

●シイラ(すり身)	400g
●木綿豆腐 ※水切をしておく	一丁
●卵	1個
●薄口醤油	大さじ2
●塩	小さじ1
●片栗粉	大さじ1
●砂糖	120グラム
●みりん	大さじ1
●揚げ油	適量

■作り方■

- 1、 シイラの切り身を細かく切り
フードプロセッサーで、すり身にする。
※今回は、シイラを使用しますが、
いわし・あじでも美味しいです
- 2、 1.をすり鉢に移し よくする。
※ねばりが出るまで、する
- 3、 2.に調味料(片栗粉・薄口醤油
・砂糖・卵・塩・みりん)を入れる
その後 5分～7分ぐらいする
- 4、 水切りしておいた豆腐をフードプロセッサーにかけ
3.と合わせ 再度 5分～7分ぐらい する
- 5、 揚げ油を熱して、少し低めの温度で、
4. を小判型に形をととのえながら、ゆっくり揚げる。
※砂糖が、入っているので 焦がさないように注意！