

## 桜えびと新玉ネギのかき揚げ

**調理時間**

約15分

**カロリー**

368kcal(1人分)

**材料**

(4~5人分)

|                  |        |
|------------------|--------|
| 桜えび              | 20g    |
| 水                | 80ml   |
| 酒                | 大さじ2   |
| 青のり              | 小さじ1   |
| 新玉ネギ             | 1個     |
| 天ぷら粉             | 1/2カップ |
| 冷水               | 100ml  |
| 揚げ油              | 適量     |
| オーブンシート 8cm×8cm角 | 10枚    |
| 塩                | 適宜     |
| レモン              | 適宜     |

### 作り方

- 1 水と酒を合わせ、桜えびをつける。新玉ネギ1cm幅に切る。
- 2 ボウルに水気をきった(1)の桜えびと新玉ネギを入れ、天ぷら粉、青のりを混ぜ合わせ、冷水を少しずつ加える。
- 3 クッキングシートに(2)をのせる。
- 4 鍋をコンロにのせ、揚げ油を入れ、揚げものの温度調節スイッチを押して160度に設定する。(3)を静かに油に入れ、上下を返してオーブンシートをはずし、3分ほど揚げる。
- 5 お好みで塩、レモンなどを添える。

低めの温度でじんわりと揚げる野菜のかき揚げも、揚げものの温度調節機能ならお手のもの。