



295Kcal、塩分2.3g(1人分)、調理時間25分

<材料> 4人分

京芋 (大)	1本
A 出し汁	カップ3
みりん、酒、薄口醤油	各大さじ2
塩	少々
なま麩薄切り	8枚
しめじ	1/2パック
冷凍枝豆	20粒
海老	8尾
小麦粉	少々
揚げ用こめ油	
B Aの残り汁	
片栗粉	大さじ1
柚子果汁	1個分
柚子の皮	

<作り方>

1. 京芋は縦横半分になり船形に切りそろえ、少しくりぬく。
2. Aを鍋に入れ 1.を柔らかくなるまで煮、途中、小房に分けたしめじとなま麩を煮、取り出しておく。(飾り用)
3. 海老は背ワタと殻を取り、小麦粉少々を付け180度のこめ油で揚げる。
4. 京芋も水気を軽く取り、小麦粉少々をつけ、170度のこめ油で揚げる。
5. 2.の残り汁に枝豆の実を入れ、片栗粉の水溶きを加え、とろみをつけ火を止めてから柚子果汁をしぼる。
6. 4.の京芋を器にのせ、海老となま麩、しめじ、枝豆を乗せ、5.をかけ、ゆずの皮を散らす。