

## 丸く収めて刺し揚げます

平成十二年度

優秀賞

大分市

山本公一郎



### 【材料(4人分)】

乾しいたけ(香信)	16枚
とりのササミ	4枚
無頭エビ	8匹
からし明太子	少
板のり(焼のり)	4枚
つまようじ	32本
小麦粉	
サラダ油	
しょう油	
砂糖	
塩	
こしょう	

### 【調理方法】

- ①. 乾しいたけを水でもどす。(香信なので1時間でもどります。)
- ②. もどしたしいたけを①のもどし汁をだし汁に、しょう油、砂糖でうすく味付けをし、軽く水きりしておく。
- ③. ササミを5センチの長さに切ってタテに切れ目を入れ、からし明太子をつめ
- ④. エビは殻をむき、背中に切れ目を入れ、背ワタをとって、からし明太子をつめる。
- ⑤. ③④ともに軽く塩・こしょうをふり、①の味付しいたけでつつみ、小麦粉をまぶし、板のりでくるくる巻いて、2本のつまようじでとめる。
- ⑥. ⑤を熱したサラダ油(160℃)で揚げ、つまようじの間に包丁を入れ、2つに切り、盛りつける。そして完成。

## しいたけのかくれんぼ

平成十二年度

優秀賞

大分市

古城友紀③



### 【材料(4人分)】

乾しいたけ	大8枚
もち米	2カップ
ぎんなん	20粒
にんじん	1/4本
いんげん	6~8本
ごぼう	1/5本
みつば	1/2本
塩	小さじ2
薄口しょう油	小さじ2
化学調味料	少々
カボス	少々

### 【調理方法】

- 下ごしらえ  
(1カップのだし汁40ccのしょう油、30ccのみりん、砂糖小さじ1)  
ぎんなん—塩ゆで  
にんじん—マッチ棒ぐらいの大きさに切る。  
いんげん—塩ゆでにして斜め切り  
ごぼう—ささがきにする。  
みつば—長いままボイルする。
- ①. もち米山菜おこわを作り、たわらおにぎりにする。
  - ②. 下味のついた乾しいたけをおにぎりの上にのせ、みつばで乾しいたけをおにぎりに巻きつける。
  - ③. ②にパン粉をつけて、あげ油でフライにする。好みに合わせてカボスをかけていただく。