

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

長ねぎと鮭に、風味たっぷり花かつおの変わり天ぷらです♪

鮭とねぎの二種天

調理時間

20分

1人分

230kcal



※写真はイメージです。

夏の旬食材



長ねぎ



鮭

+

使ったのはコレ!



ヤマキ
花かつお
70g



「つくり方動画を
配信中!」

《レシピ考案》
Goo Goo Foo
フードクリエイター
堀池 美由紀



鮭とねぎの二種天

材料/2人分

長ねぎ……………1/2本
大葉……………5枚
生鮭……………2切(140g)

① 天ぷら粉……………100g
冷水……………150ml

ヤマキ 花かつお……………7g
揚げ油……………適量
櫛形レモン・塩……………適宜

作り方

- ①長ねぎは1cm幅の輪切りにする。大葉は細かく刻む。鮭は一口大に切り、水気をおさえる。
- ②①を合わせ、①の大葉を加え混ぜる。
- ③①の長ねぎを②の衣にくぐらせ、「ヤマキ 花かつお」を周りにまといせ、180℃で1～2分揚げる。
鮭も同様に衣をつけ、2～3分揚げる。
- ④器に③を盛り、レモンと塩を添える。