



適温調理

揚げ物

設定温度の目安
190℃

材料（8本分）

アスパラガス（8等分に切る）	2本
ミニトマト	8個
ブロックベーコン（2cm角）	8個
うずらの卵（ゆでたもの）	8個
揚げ油	800g（880mL）

A 薄力粉	75g
牛乳	100mL

①を合わせておく

B パン粉	50g
パセリ（乾燥）	小さじ1

②を合わせておく

材料（4本分）

アスパラガス（8等分に切る）	1本
ミニトマト	4個
ブロックベーコン（2cm角）	4個
うずらの卵（ゆでたもの）	4個
揚げ油	800g（880mL）

A 薄力粉	38g
牛乳	50mL

①を合わせておく

B パン粉	25g
パセリ（乾燥）	小さじ1/2

②を合わせておく

作り方

1. アスパラガス、トマト、ベーコン、うずらの卵を竹串に刺す。
2. ①にAをからめ、Bをまぶす。
3. 天ぷら鍋に油を入れ、IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」「190℃」を選び、「スタート」ボタンを押す。
4. 表示部に「適温」が表示されたら②を4本鍋に入れて揚げる。残り4本を同様に揚げる。

揚げ物のコツ

油の飛び散りを少なくするために

1. 材料は必ず水気をふき取る
 - 特にしいたけやピーマンなどは、水気が残っていると破裂することがあります。
2. いかやゆで卵などは揚げすぎない
 - 長時間揚げると破裂することがあります。特に、けんさきいか・するめいかなどは注意してください。
 - 鍋の中に揚げ忘れがないか、常に確認をしてください。
3. 衣や生地作りに注意
 - 天ぷらの衣は固すぎないように。
 - 水分の多い材料には、必ず薄力粉をまぶしてから衣をつけてください。
 - ドーナツなどの生地には、ベーキングパウダーや砂糖を入れて揚げてください。
 - 冷凍食品を揚げる場合は、食品についた氷をよく落としてから入れてください。油が飛び跳ねたり、吹きこぼれたりする場合があります。

特に下ごしらえの必要な材料

- えび…尾の先を切って水分を出す。
- ししとう辛子…水気をふき取り、縦に切り込みを入れる。
- いか…皮をむき水気をふき取り、切れ目を入れる。