



適温調理

揚げ物

設定温度の目安
200℃

材料（10個分）

一口まんじゅう 10個

揚げ油 800g（880mL）

A	黒砂糖	50g
	水	25mL

作り方

1. 天ぷら鍋に油を入れ、IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」「200℃」を選び、「スタート」ボタンを押す。
2. 表示部に「適温」が表示されたら、まんじゅうを5個入れて、途中で裏返しながら、かりんとうのような色がつくまで揚げる。残りの5個を同様に揚げる。
3. 別の鍋にAを入れて、弱火でとろりとするまで煮詰めて加熱を止める。2を1個ずつからめて、網の上で冷ます。

揚げ物のこつ

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。