

# えびの天ぷら



## 作りかた

1. 給水タンクに満水ラインまで水を入れてセットする。
2. 天かすをポリ袋（市販）に入れ、めん棒で細かくくだく。
3. えびは尾と一節を残して殻をむき、背わたを取る。
4. 水けを切った③に小麦粉、卵、②の順につける。
5. 取り外したテーブルプレートの中央に④を寄せて並べ、**下段**に入れ  
**おかず** **64 えびの天ぷら** で加熱する。

### 加熱の目安

加熱：約28分

### 1回に作れる分量

2～4人分

### 使用付属品



テーブルプレート  
下段



給水タンク 満水

### カロリー

202kcal

### 塩分

0.7g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。  
このレシピはMRO-S8A対応レシピです。

材料	2人分（8本）	3人分（12本）	4人分（6本）
殻つきえび	8尾	12尾	16尾
小麦粉（薄力粉）	適量	適量	適量
卵（溶きほぐす）	1/2個	1個	1個
天かす	30g	60g	60g

### 天ぷらのコツ

#### まぶす小麦粉は

まんべんなくつけて下さい。まぶす目安は大さじ3～4です。

#### 油は使わない

衣は天かすを使います。

#### 材料の大きさ、厚さはそろえて

大きさは同じくらいの物を使います。かぼちゃやさつまいもなどの野菜は、7mmくらいの厚さに切ります。

#### 冷めた天ぷらのあたためは

**08 揚げ物のあたため** で加熱します。

#### 加熱が足りなかったときは

**オープン** **予熱無** **180℃** で様子を見ながら加熱します。