

高野豆腐の唐揚げ



★アレルギー表示

卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに
あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ
さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	松茸
もも	山芋	りんご	ゼラチン	ごま	カシューナッツ	

～材料～

・ 高野豆腐	・・・	10枚	・ 片栗粉	・・・	300g
・ 生姜	・・・	30g	・ 油	・・・	200g
・ 醤油	・・・	40g			
・ 酒	・・・	30g			
・ みりん	・・・	30g			
・ 鶏ガラの素	・・・	15g			

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	100%	10分	220℃

作り方

- 1 高野豆腐をお湯で戻す
- 2 戻った高野豆腐の水を絞り、6等分に切る。
- 3 生姜～鶏ガラの素を混ぜ調味液を作り、2の高野豆腐を入れ10分ほどおく。
- 4 3の高野豆腐をあまり絞らず、片栗粉をまぶして表面に油をつける
- 5 ホテルパンの上に網を乗せ、その上に4を乗せる。スチコン【設定1】で加熱する。
- 6 盛り付けて完成

ホシザキ東海株式会社 コンサル室

*ポイント

- ・ 工程4で、少し水気を残すとジューシーに仕上がります！

