

## ➔ 大豆とえびのごまからめ



### 材料(4人分)

乾燥大豆	60g (水煮大豆を使用する場合は160gとし、 水戻しや茹でることなくそのまま使用する)
むきえび	80g
酒	小さじ1
白いりごま	大さじ1/2
小麦粉	大さじ1と1/2
でんぶん	大さじ4と1/2
揚げ油	適量
みりん	小さじ1/3
中双	小さじ1強
しょうゆ	小さじ1
水	大さじ1

## ➔ 作り方

1. 乾燥大豆は水(分量外)でもどし、茹でる。
2. むきえびは酒をふり、臭みをとっておく。
3. 白いりごまは炒る。
4. 小麦粉・でんぶんを合わせて混ぜる。
5. (1)で茹でた大豆に(4)の粉をまぶし、160℃に熱した油で揚げる。
6. (2)のえびは余分な水分を拭いてから(4)の粉をまぶし、170℃に熱した油で揚げる。
7. フライパンにみりん・中双・しょうゆ・水を入れて煮る。
8. 沸騰してきたら(5)の揚げた大豆・(6)の揚げたえび・(3)の炒ったごまを加え、たれをからませ、水気が飛ぶまで炒める。

### \* コツ・ポイント \*

\* 上記材料は幼児の分量なので、大人が食べる場合は一人当たりの分量を少し多めにするといいでしょう。また乾燥大豆は手間がかかるので水煮大豆を使用してもいいですが少し味は落ちます。