

## 乾焼麺絲炸鮫魚 サメのカダイフ揚げチリソース

講師：函館国際ホテル 木村史能



4人前

<材料>

サメむき身	100g g
しいたけ	60g
ブロッコリー	40g
長葱 みじん切り	20g
生姜 みじん切り	3g
大蒜 みじん切り	2g
しいたけ	120g

A	サメすり身	50g
	しいたけ みじん切り	15g
	長葱 みじん切り	5g
	生姜 みじん切り	1g
	(生クリーム 7cc、塩 0.3g、コショウ少々、水溶き片栗粉少々、卵 5g)	

卵	20g
片栗粉	5g
カダイフ	60g

<調味料等>

B	豆板醤	4g
	ケチャップ	40g
	スープ	200 c c
	塩	1.2g
	砂糖	10g
コショウ	少々	

酢	小さじ 0.5
ごま油	小さじ 1

【水溶き片栗粉】

水 15g 片栗粉 8g を混ぜておく

<作り方>

- ① サメむき身を 25g にカットし半分に切れ目を入れ開くように切り塩、コショウで下味をつけ、しいたけ、ブロッコリーを四等分にしブロッコリーは茹でておく。
- ② Aの材料を混ぜ①のサメにはさみ回りに片栗粉と溶き卵をまぶすしておく。
- ③ カダイフを4つに分けて 18cm × 10cm 位に広げ②のサメをのせて巻き、しいたけと一緒に油で揚げしいたけを先に出しサメはゆっくり揚げ半分に切っておく。
- ④ 鍋に油を入れ豆板醤、大蒜、生姜を炒めBの調味料を入れ味を調え水溶き片栗粉でとじ、酢とゴマ油を入れ混ぜ、器に流し揚げたサメとしいたけ、ブロッコリーを飾る。