

精進揚げ

●材料● 4人分

ゆで筍 ……………1本
 塩蔵若布 ……………10g
 たらの芽 ……………4本
 牛蒡 ……………1本
 梅干し ……………4個
 シロップ
 { 水 ……………300ml
 砂糖 ……………50g

蓬豆腐
 { 乾燥蓬 ……………2g
 白胡麻 ……………75g
 葛粉 ……………75g
 塩 ……………小さじ 1/2
 水 ……………1000ml
 引き揚げ湯葉 ……………1枚
 天ぷら衣
 { 水 ……………400ml
 小麦粉 ……………220g
 コーンスターチ ……………40g
 分量外
 小麦粉、揚げ油、塩

●作り方●

1. ゆで筍は根元の部分は1cm厚さの半月切り、穂先の部分は縦8等分のくし形に切る。
2. 塩蔵若布は水で塩抜きして茎を取り除き、粗くみじん切りにする。
3. たらの芽は軸の部分のかたい部分を切り落とし、十字に切り込みを入れる。
4. 牛蒡は笹がきにし、水につけてあく抜きをし、水気をふき取る。
5. 梅干しは表面に金串を使って針打ちをし、一晩水につけて塩抜きをする。合わせたシロップに5~6時間つける。
6. 蓬豆腐を作る。乾燥蓬は水適量で戻し、水気をきり、細かく刻む。白胡麻は一晩水につけて戻し、水気をきる。白胡麻と分量の水を少量ずつ加えて、ミキサーにかける。布漉しして絞り、皮を取り除く。葛粉を加えてだまを残さないように溶く。裏漉し器で漉して鍋に入れ、塩を加えて中火にかける。木杓子で絶えず混ぜながら、約半量になるまで練る。仕上げに蓬を加えて混ぜ、流し缶に流し入れ、底を氷水につけて冷ます。その後、冷蔵庫に入れて十分に冷ます。
7. 蓬豆腐を一口大に切り、10cm角に切った引き揚げ湯葉で包む。
8. 天ぷら衣を合わせる。小麦粉とコーンスターチを混ぜ合わせ、ふるいにかける。水に粉を加え、箸でさっくりと混ぜる。
9. 筍、たらの芽、梅干し、湯葉で包んだ蓬豆腐は水気をふき取り、全体に小麦粉を薄くまぶす。
10. 笹がき牛蒡はボウルに入れ、全体に小麦粉を薄くまぶす。
11. たらの芽、梅干し、蓬豆腐は天ぷら衣をつけ、160℃に熱した揚げ油で揚げる。
12. 笹がき牛蒡に天ぷら衣を適量加えてまとめ、160℃に熱した揚げ油でかき揚げにする。
13. 残りの天ぷら衣に粗みじんのわかめを入れて混ぜ、筍につけ、175℃に熱した揚げ油で揚げる。
14. 器に天ぷらを盛りつけ、塩を添える。