

わかめ×紅ショウガの彩り天ぷら



●材料（2人分）

塩蔵わかめ・・・40g
紅ショウガ・・・24g
揚げ油・・・・・・適量

<天ぷら衣>（市販の天ぷら粉でも可）

卵（Mサイズ）・・・1個
冷水・・・・・・120ml
薄力粉・・・・・・80g

●作り方

- 1 塩蔵わかめを水で戻し、塩抜きをする。
- 2 塩抜きしたわかめの水気をきり、2～3cmの長さに切る。
- 3 紅ショウガは水気をきり、2～3cmの長さに切る。
- 4 ボウルに冷水、冷やした卵を入れてよく混ぜる。混ぜ合わせたボウルに薄力粉を入れて、ダマが残るように軽く混ぜる。
- 5 4に2、3を入れて、さっくり混ぜる。（混ぜすぎないように注意）
- 6 5を直径5cmに成形し、170℃程度に熱した油で揚げて完成。

ワンポイント



広田湾産で採れたわかめを活用したレシピコンテスト「W-1 グランプリ」で、令和6年度グランプリとなったレシピです。紅ショウガの辛みと、肉厚なわかめの食感が絶妙な一品です。