

レバーのカレー揚げ

作り方

材料

(大人 2 人子ども 2 人分)

・豚レバー	300g
・下処理用牛乳	適量
・醤油	大さじ 2
・酒	大さじ 2
・おろし生姜	3g
・片栗粉	適量
・揚げ油	適量

* 合わせダレ *

・醤油	大さじ 1 と 1/2
・砂糖	大さじ 2
・カレー粉	1g

- 1、**レバーの下処理**→レバーを食べるサイズにカットしてからさっと流水で洗う。ザルで水を切り、ボウルにうつしてひたひたの量まで牛乳を注ぎ、20 分程度置く。ザルにあけて流水でしっかり洗う。再度ザルに入れて 10 分程度水切をしておく。
- 2、1 をボウルにうつして醤油・酒・おろし生姜を入れ、20 分程度漬ける。
- 3、2 をザルにあけて片栗粉をまぶし、180℃の油で揚げる。
- 4、耐熱ボウルに合わせダレを作り、レンジで 40 秒ほど加熱しておく。
- 5、4 と 3 の揚げたレバーをからめたら完成！

ひとことメモ

レバーは下処理が大変ですが、省かずにしっかりと行うことで臭みが気にならず美味しく仕上がります。また、水分を多く含みやすいために何度もザルにあけて水切をしますが、こちらも省かずに行うことで臭みが取れやすく、揚げた時の油はねも抑えることができます。※高温で揚げると油がはねやすいの注意してください。