



## シシテン 猪天



材料名	分量
	猪のスネ肉
水	500g
しょう油	大さじ3杯
砂糖	大さじ3杯
酒	大さじ4杯
みりん	大さじ2杯
生姜	1片
ねぎ	青いところを1本分
<b>【タルタルソース】</b>	
玉子	5個
玉ねぎ	1/6個
マヨネーズ	50g
塩	少々
こしょう	少々
<b>*天ぷら粉</b>	50g
<b>*水</b>	80g

材料  
(4人分)

### 作り方

- ① 深めの鍋に水・猪のスネ肉・ねぎ・生姜を入れ15分～20分下茹でしてアクを取りザルにあけ鍋をサッと洗っておきます。
- ② 洗った鍋に猪のスネ肉・水・調味料を入れて強火で煮ます、沸騰したら中火にして落としフタ(アルミホイル・クッキングシート等)をして30分～40分煮込みます。煮汁が1/4くらいになったら弱火にして5分くらい煮込みます。
- ③ 煮込んでいる間にタルタルソースと天ぷら粉をつくります。タルタルソースは玉子5個を水の状態から茹で沸騰して10分茹でたら冷水で冷まします。玉ねぎ1/6個をみじん切りにして辛味を取るために水に10分くらいさらしてからしっかり水分を切り、茹でた玉子、マヨネーズと混ぜ合わせ最後に塩、こしょうを入れます。
- ④ 天ぷら粉=天ぷら粉50gと水80gを混ぜ合わせておきます。
- ⑤ ③のお肉の余熱を取り、天ぷら粉につけて180℃の油で揚げ、キツネ色になったら取り出します。
- ⑥ お皿に猪天を盛りタルタルソースを添えて出来上がりです。