

<魚料理> エビチリ

材料 (6人分)		
バナメイエビ	18尾	
長ネギ	10センチ分	みじん切り
塩、油	適量	
A		
紹興酒 (なければ日本酒で)	大さじ1	
溶き卵	80g	
片栗粉	100g	
塩	少々	
B		
ごま油	大さじ1	
豆板醤	大さじ1	
生姜みじん切り	小さじ2	
にんにくみじん切り	小さじ1	
トマトケチャップ	大さじ3	
トマト	1個 (200g)	皮を湯剥きして種を取り、小さめのざく切りにしておく
C		
水	90cc	中華糝があれば小さじ2を溶かしておく。さらにコク増し!
紹興酒 (日本酒でも)	大さじ2	合わせておく
砂糖	大さじ2、5	
濃口醤油	大さじ1	
塩	適量	
片栗粉	大さじ1弱	2倍程度の水で溶いておく。

作り方

- エビの皮を剥き (尻尾は残しておく) 背ワタを取って片栗粉、塩、水少々でを振りかけてもんで、出てきた汚れを水でよく洗う。Aの紹興酒と塩少々を揉みこんだら卵、片栗粉も順にもみ込む。→180度で揚げる。
- Bのごま油で豆板醤、しょうが、にんにくを炒め (焦がさない!!) 香りが出たらトマトケチャップも炒め、トマトも入れ、くたっとしたらCを入れて沸騰したら水溶き片栗粉でとろみをつけそこに①を入れてあんがよく混ざるようにかき混ぜる。白ネギを加えてすぐに火を止める。

*卵が残っていたら軽くスクランブルエッグにして出来上がったエビチリに乗せてください。

*グリーンピースや青梗菜など緑のお野菜を添えてもきれいです。

