

キャノーラ油で揚げる

キャノーラ油は菜種油の一種で、菜種を品種改良して作られた「キャノーラ種」から作られた油のこと。

加熱しても風味や味が変化しにくく、素材の旨味を邪魔することなくサクサクに揚げるができます。価格も安く手に入れやすいので、家庭で作る天ぷら油におすすめです。

天ぷら専門店では、酸化しにくくコクのあるごま油が使われることもあります。家庭ではキャノーラ油にごま油を少し加えて揚げると、手軽にコクと風味がアップしますよ。

関連記事



サクサク衣のコツは温度にあり！基本の「天ぷら」の作…

天ぷらは日本を代表する料理のひとつ。材料や工程はシンプルですが、サクサク衣のおいしい天ぷらを自宅で作るのは意外と難しいもの。でもコツさえ覚えれば簡単に…

天ぷら粉は卵なしでも作れる？

衣に卵を使う理由は、衣がふんわりとした食感になり、衣自体にもコクや旨味がプラスされるから。しかし、絶対に卵が必要というわけではありません。

卵なしの衣は、やや硬めの食感になりあっさりした味わい仕上がります。卵を入れない場合は、衣を薄めに付けて揚げるともったりしにくくサクサクに仕上がりますよ。

マヨネーズで代用するとサクサク感アップ

卵の代わりにマヨネーズを使う裏技で、手軽にサクサクの衣ができます。

衣がサクサクに揚がらないのは、衣に水分が多いから。マヨネーズは卵に比べて水分が少なく、乳化された油分を含んでいます。その油分が衣に含まれる水分を上手く飛ばしてくれるため、サクサク食感の衣ができますよ。

「天ぷら」の上手な揚げかた



- 1.厚手の揚げ鍋の7分目くらいまで油を入れて、中火で温めます。
- 2.天ぷらの衣を作ります。
- 3.油の適温が低い食材から揚げます。
- 4.揚げあがったら網がついたバットなどにおいて、しっかり油をきります。

上手に揚げるポイント

・食材の水気はしっかり切るのがサクサク衣のポイント。食材に余分な水分が残っていると、衣がベチャッとしてしまいます。食材を水洗いしたら、キッチンペーパーで水気をしっかり拭き取りましょう。

・揚げ物は、食材によって適温が異なります。いもやれんこんなどの時間のかかる根菜類や、ピーマン、大葉のような色を残したい食材は低温（160～170℃）、なすや玉ねぎ、かき揚げは中温（170℃～180℃）、魚介類は高温（180℃～190℃）で短時間で揚げるのがポイントです。

・揚げる時間は、素材にもよりますが基本は短時間でササッと揚げるとサクサクの仕上がりに。目安はいもやかぼちゃは3分ほど、えびは2～3分。適温で適度な揚げ時間を守ることが、食材の旨味を逃さずサクサクに仕上げるポイントです。

衣のおすすめアレンジ方法

1. ざくうま！天かすクリスピーチキン



Photo by macaroni

天ぷら粉と天かすで作るクリスピーチキンです。ささみを天ぷら粉で作るバター液につけ、天かすをまとわせて揚げます。天かすのザクザク食感がやみつきになりますよ。見た目も華やかでおもてなしやイベント料理にもおすすめです。

[この記事を報告する](#)

次のページ

天ぷら粉がなくてもサクサク天ぷらは作れる！

