

## 黄金銀魚

湖南式白魚の飴絡め

### 材 料

白魚.....1kg  
煎りゴマ .....適量

#### A (薬味)

花椒..... 大匙 1  
唐辛子 (種を除いたもの) ..... 5 本  
ニンニク..... 1 片

#### B (下味、衣)

卵.....1/2 個  
花椒粉.....少量  
薄力粉.....適量  
片栗粉.....適量  
ベーキングパウダー.....少量

#### C (タレ)

油.....250ml  
上白糖.....300ml  
生姜のみじん切り.....大匙 1  
豆瓣醬.....小匙 1  
紹興酒.....125ml  
醤油.....65ml  
水.....125ml  
酢.....大匙 1

### 作り方

- ① 花椒、唐辛子、薄切りしたニンニクをそれぞれ低温の油で揚げ、水分を飛ばしてカリカリにする。紙で油を拭き取り、みじん切りする。
- ② 白魚に B の全卵、花椒粉を塗り、ザルに上げ水分をしっかり切る。
- ③ ボウルに B の衣の材料を適量合わせる。(割合は薄力粉 5 に対し片栗粉 2、ベーキングパウダー少量)
- ④ ②に③をたっぷりまぶし、余分な粉を落とす。
- ⑤ ④を中温の油で一度揚げ、表面の衣が固まればザーレンに上げ、油の温度を少し上げて鍋に戻す。少し色がつけば、ザーレンに再度上げ、油の温度をさらに上げて鍋に戻して、カリカリに揚げる。
- ⑥ 鍋に C の油、上白糖を入れて、溶けて少し色付くまで加熱し、生姜のみじん切り、豆瓣醬を入れ香りを出し、醤油、紹興酒、水を入れ煮詰め、ボウルに移す。
- ⑦ 鍋に⑤の白魚を戻して⑥のタレを少しずつ入れながら絡める。最後に酢を加え、バットに広げ、塊をほぐす。

- ⑧ ①の薬味と煎りゴマを振り入れる。

### ポイント

- 薬味の唐辛子を揚げるときは軽く行い、色を残す。ニンニクは水分を飛ばしカリッと揚げる。
- 白魚をあげるとき、徐々に温度を上げて行き、三度揚げにするが余熱で焦げ臭くならないように注意する。
- タレの煮詰めは、緩すぎるとカリカリ感が持続しない。

### 出来上がり写真



### 白魚写真 (揚げたもの)

