



せり根の天ぷら

【材料／2人分】

せり・・・・・・・・・・ 1/2束(50g)
天ぷら粉・・・・・・・・・・ 適量
水・・・・・・・・・・ 適量
油・・・・・・・・・・ 適量
薄力粉・・・・・・・・・・ 少々
揚げ油・・・・・・・・・・ 適量
塩・・・・・・・・・・ お好みで

<調理のコツ>

せりの根はプラスチックたわし等を用いてよく洗い、泥をしっかりと落としましょ

【作り方】

- ① せりの根っこは茎を3cm残して切り、たわし等でよく泥を落とす。
- ② 洗ったせり根に薄力粉でうち粉をする。
- ③ 天ぷら粉と水をあわせて、②をくぐらせ、熱した油でさっくり揚げる。お好みで塩をふってご賞味ください。

せり鍋やきりたんぼ鍋に欠かせないせりの根。鍋以外には天ぷらで食するのがオススメです♪ 茎や葉の部分とは一味違った風味が楽しめます。

JA名取岩沼

