

豆鼓鮮魚 (ドウグウシェンユイ・鮮魚の冷製豆鼓風味)

とうち



<材料 4人分>

鮎 4尾
片栗粉 適量



<調味料A>

豆鼓(とうち) 200g
サラダ油 400cc
ニンニク 1片
輪切り唐辛子 少々



<調味料B>

水 200cc
酒 大さじ1
塩 大さじ1
胡椒 少々
葱(青い部分) 適量
生姜 適量

※豆鼓は、黒豆に塩や麴を加え発酵させた中華調味料で、料理に深みのあるコクを加えてくれます。

① 鮎を適量の片栗粉で洗う。(魚が大きい場合は少し切り目を入れる)



② 調味料Bを合わせ①を15分漬け、キッチンペーパー等でしっかりと水分を取る。



③ サラダ油を弱火にかけて豆鼓、ニンニク、唐辛子を香が出るまで加熱する。



④ ②に片栗粉をまぶして中火でしっかりと油通しする。



⑤ 揚げたての④を③に漬け込み、冷めたら一晩以上冷蔵庫で寝かせる。

※⑤の油は繰り返し2～3回は使用できません。豆鼓は刻んで炒め料理などの調味料に使用できます。

⑥ ⑤の魚を適当な大きさにカットして皿に盛り付け、⑤の油を少量かけて、豆鼓も少し添える。

