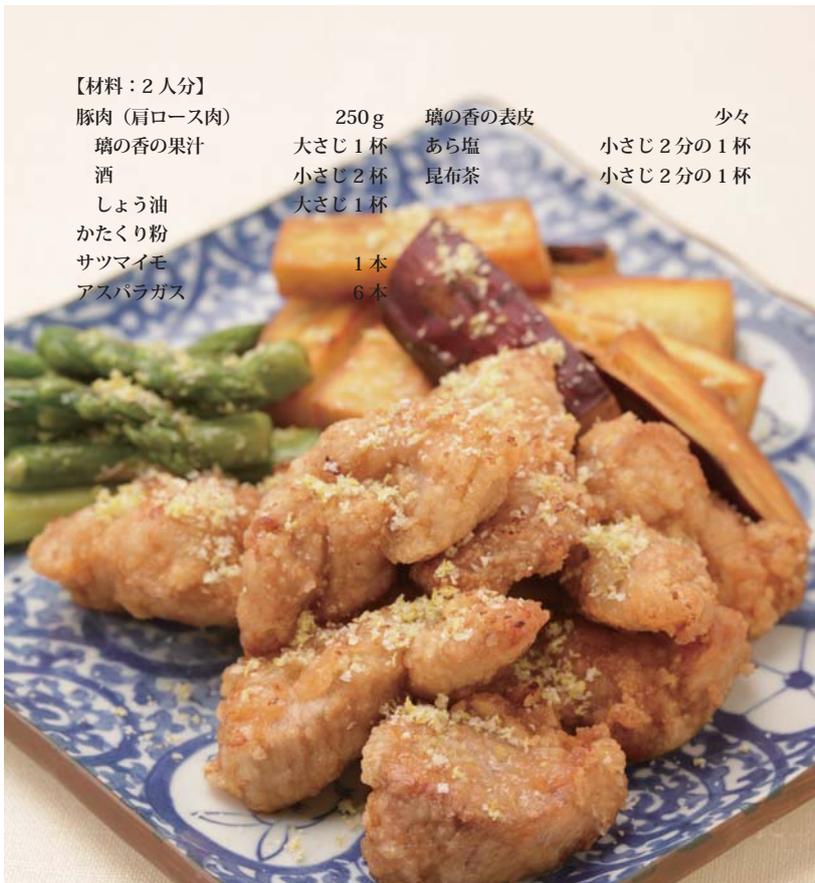


【材料：2人分】

豚肉（肩ロース肉）	250g	璃の香の表皮	少々
璃の香の果汁	大さじ1杯	あら塩	小さじ2分の1杯
酒	小さじ2杯	昆布茶	小さじ2分の1杯
しょう油	大さじ1杯		
かたくり粉			
サツマイモ	1本		
アスパラガス	6本		



1. 豚肉は大きめの一口大に切り、璃の香の果汁、酒、しょう油をまぶして20分ほど置いて下味をつける。
2. サツマイモも一口大に切り、水に浸けておく。
3. アスパラガスは、下の硬い部分を少し切り取り、さらに皮むきで下の方の皮をむく。5センチ長さに切る。
4. 璃の香の表皮をすりおろす。あら塩に混ぜる。レンジに約30秒かけて、サラサラにする。冷まして昆布茶を混ぜておく。
5. 油を中温に熱し、[2]のサツマイモの水分を拭いて加え7～8分かけてじっくりと揚げる。油をよく切る。
6. [1]の豚肉の水分を拭いて、かたくり粉をまぶして、3～4分かけてカリッと揚げる。揚げあがりにアスパラも加えて一緒に揚げておく。
7. 油を切り、盛り付けて、[4]のレモン塩をふる。

★白いわたの部分が入ると苦くなるので、黄色い表皮の部分だけをそっとすりおろす。

豚肉とサツマイモの
から揚げレモン塩風味

