

「天ぷら」の美味しい作り方講座

2011.6.11(土)開催 講師:花月会館 和風れすとらん かぶと 調理部料理長 伊藤昌信氏

大人気の「プロの美味しい講座シリーズ」第三弾!「天ぷら」の美味しい作り方講座を開催いたしました。応募が50名以上!とたくさんいただきましたが、定員は10名でした。はずれてしまった方・本当に、ごめんなさい!

講師の伊藤様は、「花月会館」直営の和風れすとらん「かぶと」で料理長として指揮をとられております。伊藤料理長の料理人歴は東京で修業されてから花月会館でなんと38年!となるそうです。まさに花月さんの歴史そのものという感じですね。ところで、みなさん?この「かぶと」さんで伊藤調理長の揚げた天ぷらって食べたことがあります?ほんと絶品なんです!とくにオススメなのが『かき揚げ』。これがまた絶品なんです!衣といい、あのサクサク感といい・・・最高です!お酒のあとの最後のメでもばっちりです。みなさん是非「かぶと」さんに足を運んでみてはいかがでしょうか?

まさに、プロの技の宝庫と言っても過言ではないくらい、天ぷらの揚げ方のコツを教えてくださいました。今回の講座にご参加されたお客様の満足度も相当高かったことでしょう。伊藤料理長、本当にありがとうございました。



見てください!この

繊細

かつ

美しい仕上がり!

参加された方達が一番良くご理解いただいたことですよ・・・味も最高です!こんな天ぷらをご家庭で作れたら、本当に、もう、食卓が一変しますよ!

それでは、いつものように、講座の様子をご覧あれ!

今回の食材は、

伊藤料理長厳選食材!

- ・くるまえび
- ・ウド
- ・キス(東京湾)
- ・ホタテ(野付産)
- ・生のホワイトアスパラ

それにしても、このホワイトアスパラはスーパーじゃ売っていない貴重なものなんです。特別に取り寄せていただいております。それにしてもすごく立派ですね。ホタテもぷりっぷりっ!旬の食材をこんなにもそろえていただきました。このままでも、おいしそうですね。



それでは、まずお手本を！

ということで、伊藤料理長からちょっとした解説をいただきました。「よく、天ぷらは揚げる順番は？と聞かれますが、特に順番というのはありません。ただ、高級感のあるえびから揚げていくということがあります。」とのことでした。

次に、「イカが一番どのように揚げたらいいの？という質問が多いので・・・」といことで、特別に実際にイカを使って説明をしていただきました。時間の都合でみなさんには実演していただかなかったのですが、これがまたすばらしいお話でした。「イカは油がはねるので、おっかないという方が多いです。」ということでイカを揚げる前の仕込みについて・・・

イカは繊維でできているので、まず、皮をうまく剥ぐことからするとのことです。2枚ある皮を上手に繊維にそって剥いていきます。それから食べやすい大きさに切ってから、包丁で軽くたたくそうです。この作業により、油がはねず、おいしく仕上がるそうです。そのような細かい下ごしらえこそ大事ですね！



←注意：このあともう1枚皮をむきます。



次にエビの仕込みです。エビは頭と同時に背わたを取ります。頭はトゲの部分に水分があるので、これを取ると油ははねにくくなります。尻尾の部分のトゲも同じ理由でとってしまいます。あとはそのまま殻をむきます。

ここで、ポイントとなるのは、揚げたときにえびが丸くなってしまうので、上手に揚げるには、皮をむいたエビを手で軽く握るそうです。そうすると繊維がプチプチと切れる音があるのでわかるそうです。試食された方はおわかりだと思いますが、エビの頭はなんと身に負けないくらいおいしい！ミソとカリカリ感でとっても香ばしいんです！



伊藤料理長が手取り足とり、とてもいねいにみなさんへ説明していただいております。みなさんすごく真剣ですね。プロの手さばきが間近で見られるなんてそうそうないですよ！感激です。



次に、天ぷら粉と揚げる油についてです。

まず、『割した』は玉子3個に対して、水1リットルで、玉子を水に溶き、冷蔵庫で冷やしておきます。

天ぷら粉は、薄力粉のみものを使用します。スーパーで売っているものは薄力粉と中力粉が混ざっているの、今回はお店で使っているものをご用意いただきました。しかも、ここで大事なポイント！

天ぷら粉は一度『ふるい』に掛けてきめ細かくしておくこと！

なるほど、やはりプロにはひと手間かける工夫があるのですね。なかなか知らないですよ。でも、これが美味しくなるコツならちょっとは手間をかけるのもいいかも！

そして、油はサラダ油1リットルに対してごま油を1合。



これが冷やしておいた割した



天ぷら粉はふるいにかけてもの



油はごま油が入っていることがポイント！



この日は割したをお玉3～5杯に対して・・・



天ぷら粉はお茶碗2杯くらい



ここで大事なことは、『あまり混ぜすぎない』ことだそうです。混ぜすぎるとグルテンの粘り気が出てしまい、衣がおいしく揚がらなくなってしまうそうです。うーん。参加された人にしかちょっとわからないかもしれないです……。でも下の写真をご参考にいただければと思います。





さて、皆さんにも衣作りにチャレンジいていただきました！伊藤料理長のようによくできたでしょうか！？

野菜を揚げる時のポイントは、食材によっても違いはありますが、大葉・しいたけ・のりなどは表面にだけ衣をつけて揚げるときれいにカラッと揚がります。かぼちゃ・さつまいも・れんこんは厚めに切っておくと美味しく揚がります。



えびの頭は、天ぷら粉だけで揚げていますので注意！



天ぷらの揚げ具合は『音』が重要。揚げ初めは、水分が出るので大きな音ですが、出来上がり時は音が変わり（小さくなります）。



えびの身も揚がりました！！



具材を一つずつ揚げては、試食という、普段我が家ではできないような食べ方をさせていただきました。



これはキスを揚げているところです。キスは普通に開いたものを衣に通し、サッと揚げてしまいます。「泡の大きさと確認する人も多いですが、やっぱり『音』の違いで仕上がりを確認します。」と伊藤料理長。



伊藤料理長から、親切にいろいろご指導いただいております。



みなさんも説明を真剣に聞いておられます。質問も結構飛び交っておりました。



ここで、温度ですが、プロは油の温度を衣の細かい粒を散らして確認をします。それって、すごく難しいですよね？
今回はご安心ください！

いつもながらガス会社ならではのPR！今のコンロは設定した温度にしっかりキープしてくれるんです。便利だし、自然発火の心配もないので、とっても安全です。

あげ物温度調節機能



弱火強火を繰り返す

自動的に強火・弱火を繰り返して適温を保ち、理想的な揚げ具合に仕上げます。



ボタン一つで、設定温度をキープしてくれます。とっても便利なんです。

天ぷらを美味しく揚げる目安の温度は

- ・ えび・キス . . . 190℃くらい
- ・ 野菜など . . . 180℃くらい



最後に、特別に『かき揚げ』 を作るとい、スペシャル メニューもご用意いた しました！！

かき揚げの場合、硬めに揚げるのがポイント。というのも、たれをかけたときに、衣がベタッとならないよう、食感がサクサクとなるようにするためだそうです。また、衣を入れ過ぎると揚げたときにダンゴっぽくなるので注意。粉はつなぎのようなイメージで。

揚げるときは、お玉とかに一度取ってから、ゆっくり油の中に解き放つと衣が壊れずに上手く揚がるそうです。揚げている最中は浮いてくる衣を、箸でつつきながら表面にでないようにしていくのが良いそうです。生地の中に具材を混ぜながら揚げるイメージでやるとダンゴっぽくならず、美味しくできあがるそうです。ちょっと奥が深いですね・・・。これがプロと素人の違いなのかも！？ひっくり返して揚げたときも、最初に揚げたときと同じような泡が出ていれば、上手く揚がっている証拠だそうです。

今回は、一つ一つの食材を揚げながら食べるという、疑似カウンター的な調理で行ったので、揚げたてをすぐに食べられるなんて・・・。しかも、プロから手取り足とりのご指導いただいたので、もうこれ以上ない幸福感でしょう。まさに『贅沢』！！。

また、最後に皆様のご満足いただいたお顔を見ることもできたので、大変うれしく思いました。ちなみに、花月会館さんはとても敷居が高く感じられると思いますが、なんと意外や意外！！「かぶと」さんの単品の天ぷらはリーズナブルなメニューもたくさんあります。カウンター越しの伊藤料理長が揚げる天ぷらをすぐ食べられる贅沢。一度味わってみてください。行った人間が言うんだから間違いありません！！でも食べた人にしか伝わらないこの贅沢！

みなさんも、是非、かぶとさんと、伊藤料理長の料理の数々をご堪能されてはいかがでしょうか？

和風れすとらん
花 月 かぶと
旭川市3条通7丁目 (0166) 22-1101
■営/AM11:30~PM9:30 (L.O PM9:00)

伊藤料理長直伝! プロが教える黄金比率!

天つゆ

だし汁 6合
しょう油 1合
みりん 1合
鰹節 20~30g

天丼のたれ

しょう油 1合
みりん 1.5合
(2.5合のうち
0.5合は煮詰める)
砂糖 100g