



土佐あきの  
おいしい野菜

おもてなしの一品

# Cooking ほんのり柚子風味 えび団子

## 材料(2人分)

	柚子	4個
	えび	100g
	木綿豆腐	1/4丁
	レンコンのみじん切り	大さじ3
	卵黄	1個分
A	酒	大さじ1
	生姜汁	小さじ2
	ごま油	小さじ2
	片栗粉	大さじ2
	コショウ	少々
	水	200cc
あん	だしの素	適量
	酒	大さじ1
	塩	小さじ1
	みりん	大さじ1
	柚子のしぼり汁	小さじ1/2
	片栗粉	大さじ1
	揚げ油、小麦粉、柚子皮	各適量

## つくり方

- ① 柚子は1/3の所で切り、中身の果肉等をきれいにのける。
- ② ①のふたの皮を少しむき、細いせん切りにしておく。
- ③ えびは背ワタをとり塩水で洗い、たたいてすり身状にする。豆腐は水切りをし、ペーパーで水分をとっておく。A全体をよく混ぜ合わせ、ひと口大をスプーン等で中温の油に入れ、色よく揚げる(蒸してもよい)。
- ④ 鍋にあんの材料を入れ、最後に柚子のしぼり汁、柚子皮を入れ片栗粉でとろみをつける。
- ⑤ ①の器に③と④を盛り付けて、完成です。



ビタミンC、カリウム、クエン酸を多く含み、風邪予防や疲労回復の効果があるユズ。土佐あき管内では、安芸、北川で多く栽培されており、管内のユズの出荷量は、県内の42%を占める日本一の産地です。