

えひめを食べよう! 『えひめ地産地消』レシピ

筍(タケノコ)のカツ



材料(4人分) 所要時間 15分

タケノコ(茹でたもの)・・・小1本
モッツアレラチーズ・・・1/2個
生ハム(薄切り)・・・・・・・・8枚
小麦粉・・・・・・・・・・適量
溶き卵・・・・・・・・・・適量
パン粉(細かいもの)・・・・適量
オリーブオイル・・・・・・・・適量

作り方

タケノコは縦半分に割り、3~4mm 厚さに切る。モッツアレラチーズは4枚に薄く切る。

タケノコ2枚の間にモッツアレラチーズ1枚を挟み、生ハム1枚でぐるりと巻いてとめる。

小麦粉、溶き卵、パン粉の順に衣を付け、中温の多目のオリーブオイルでからりと揚げる。油をきり、2等分に切り分けて器に盛る。

ワンポイント

お酒のつまみや、オヤツ、おかずなど多様な食べ方ができる。

タケノコは事前に茹で、アク抜きをしておく。

食材について

タケノコは、早いものは2月ごろから出始め、5月頃まで出回ります。春の香りと食感を楽しむことができますが、タケノコは鮮度が一番で、収穫後は時間とともに硬くなり、香りが抜けて、アクが強くなってしまいます。タケノコは、すぐ食べない場合でも、すぐに茹でて保存しましょう。



●● 料理提供：東京第一ホテル松山日本料理花のれん(松山市南堀端町6-16) ●●●