



一人分の  
エネルギー

60kcal

一人分の  
塩分

0.8g

## 黒あわび茸の天ぷら

### 作り方

- ① 黒あわび茸は食べやすく切る。  
ししとうは串などで穴を開けておく。
- ② 油を180℃に熱し、裏側(ひだのある方)に衣をつけ、2分ほどかけてじっくり揚げる。
- ③ aの天出汁またはお好みの塩をつけていただく。

### Point

ソースやポン酢、様々な風味の塩など、オリジナルの味で楽しむのもオススメ!

### 材料 (2人分)

黒あわび茸	80g
ししとう	4本
天ぷら粉	100g
水	適量
サラダ油	適量

a (天出汁)	水	150cc
	濃口しょうゆ	大さじ2
	みりん	大さじ2
	和風だしの素	小さじ1

塩	少量
大根おろし	少量
生姜	少量

天然温泉ふくろうの湯内お食事処味和囲にて  
ご賞味いただけます!