

# エビのしんじょボール

ふんわりなめらかやさしい味わい



しんじょとは、魚やえびのすり身に卵白や山芋など、つなぎに入れた練りものこと

## 材料・分量（4人分）

- 米粉（100%） 大さじ5
- むきエビ 200g
- ながいも（すりおろし） 50g
- だし汁 1カップ
- 酒 大さじ1
- しょうゆ 小さじ2
- 塩 小さじ1/2
- ミツバ（5mmに刻む） 2本
- 揚げ油

## 作り方

1. エビは背わたを除き、はんぺんは2cm角に切る。
2. 1をフードプロセッサー（あたり鉢ですってても良い）に入れ、なめらかになるまで攪拌し、さらにながいもを加えて混ぜ、最後に米粉大さじ2杯を加えてかき混ぜる。
3. バットに米粉大さじ3杯を広げ、水でぬらした小さなスプーンで2を梅干大にすくってのせ、バットを揺すって米粉をまぶす。
4. 揚げ油を170度に熱し、3を膨れて火が通るまで約4分揚げ、油を切る。
5. 鍋にだしを入れ、酒、しょうゆ、塩を加えて温め、ミツバを加え、つけつゆにする。
6. 4を器に盛り、5につけて食べる。