

# 日本料理 揚げもの新味 150 広がる発想 新しい技法

## 目次

揚げ物の基本

揚げる技法の新味研究

### コロッケ・メンチ図鑑

黒鮑のとろろコロッケ（おぐら家）

生海胆と青さ海苔のライスコロッケ（おぐら家）

香箱蟹と玉子のコロッケ（おぐら家）

蟹のパン粉揚げ（蓮）

牡蠣と市田柿 クリームコロッケ（おぐら家）

牡蠣クリームコロッケ（ゆき椿）

蛤と春キャベツのコロッケ（ゆき椿）

春キャベツと桜海老コロッケ（おぐら家）

黒豆のコロッケ（ゆき椿）

ポルチーニ茸と帆立のクリームコロッケ（西麻布 大竹）

おぐら家コロッケ（おぐら家）

筍、ピーマン、人参のメンチカツ（西麻布 大竹）

落の臺コロッケ（おぐら家）

メンチカツ（ゆき椿）

丹波黒どりのコロッケとロースト（楮山）

### 第一章 魚介の揚げ物

鮎魚女 鮎魚女揚げ煮付け（久丹）

鱈 鱈の紫蘇パン粉揚げ（楮山）

甘鯛 甘鯛と九条葱の南蛮（蓮）

甘鯛 甘鯛うろこ揚げ（西麻布 大竹）

甘鯛 甘鯛のうろこ焼き揚げ（楮山）

鮎 鮎ごぼう巻き（楮山）

鮎 稚鮎とマイクロハーブのサラダ（まめたん）

鮎 稚鮎の素麺（蓮）

鮑 鮑胡麻豆腐 肝あん（西麻布 大竹）

鮫鱈	鮫鱈の唐揚げ あん肝ソース（おぐら家）
烏賊	げそ天ぷら 生姜あん（久丹）
烏賊	いしる漬けのイカゲソの唐揚げ（ゆき椿）
伊勢海老	伊勢海老の煮おろし（蓮）
海老	海老銀杏餅揚（分とく山）
海老	芝海老と竹の子のひろっこ揚げ（まめたん）
海老	白海老と海胆の磯辺揚げ（根津たけもと）
海老	車海老しんじょのお椀（西麻布 大竹）
牡蠣	牡蠣香煎揚（分とく山）
牡蠣	牡蠣 四万十海苔の磯辺揚げ（まめたん）
牡蠣	牡蠣と青さ海苔 蓮根揚げ（おぐら家）
牡蠣	牡蠣の揚げ浸し（西麻布 大竹）
牡蠣	牡蠣ご飯（まめたん）
加治木	真加治木のオランダ煮（根津たけもと）
鰹	鰹のたたき風 ねぎがり（根津たけもと）
鰹	蕪と鰹の揚げだし（ゆき椿）
鰹	鰹のレアフライ たたき風（西麻布 大竹）
蟹	松葉蟹ぶぶあられ（楮山）
蟹	毛蟹のがんもどき 銀杏のすりながし（楮山）
鱧	鱧の食パンフライ（楮山）
金目鯛	金目鯛と蕪 蕪のみぞれあん（まめたん）
小柱	素揚げ小柱の塩雲丹和え（根津たけもと）
桜海老	桜海老 しゃぶ餅挟み揚げ（おぐら家）
桜海老	稲庭うどん 桜海老瞬間揚げ（楮山）
桜海老	桜海老の炊き込みご飯（蓮）
細魚	細魚と生海胆 新玉あんかけ（まめたん）
秋刀魚	秋刀魚チーズ巻き揚げ（おぐら家）
秋刀魚	秋刀魚と秋茄子竜田揚げ 山椒味噌ソース（おぐら家）
白魚	白魚の俵揚げおろし酢がけ（蓮）
白魚	白魚と八尾若牛蒡のかき揚げ丼（久丹）
太刀魚	太刀魚とそら豆の変わり揚げ（西麻布 大竹）
鱈白子	白子と牛肉の湯葉あんかけ（まめたん）
のれそれ	のれそれの利久揚げ（根津たけもと）
鱒	ハタハタの一夜干しで南蛮漬け（根津たけもと）
蛤	蛤の土佐揚げ（根津たけもと）
蛤	蛤道明寺揚 磯香あん掛（分とく山）

鱧	鱧とシャインマスカットと梅干 二種揚げ（おぐら家）
鱧	鱧の薄衣揚げ 玉ネギポン酢（蓮）
河豚	河豚の唐揚げ（蓮）
河豚白子	揚げ出し白子（久丹）
鰯	鰯カツ（ゆき椿）
帆立貝	帆立飛龍頭 天つゆ（分とく山）
帆立貝	帆立馬鈴薯桜揚（分とく山）
帆立貝	帆立真丈 まりも揚げ 浅蜷のクリームソース（おぐら家）
帆立貝	帆立と百合根のかき揚げ（ゆき椿）
蛸烏賊	蛸烏賊のフリット、サラダ仕立て（根津たけもと）
蛸烏賊	筍ご飯 揚げ蛸烏賊（西麻布 大竹）

[コラム] 揚げ衣いろいろ

## 第二章 野菜の揚げ物

海老芋	海老芋のお椀（蓮）
大葉	煮穴子棒寿司 かもじ大葉（西麻布 大竹）
牛蒡	大浦ごぼうと牛すじ肉（まめたん）
牛蒡	堀川牛蒡 海老真丈揚げ 堀川牛蒡ソース（おぐら家）
牛蒡	堀川牛蒡に叩いた鴨肉を詰めて（蓮）
牛蒡	カリカリ牛蒡 たれ焼き（西麻布 大竹）
薩摩芋	さつま芋チップス（楮山）
薩摩芋	芋けんぴ（ゆき椿）
じゃが芋	新じゃがいものパリパリサラダ（西麻布 大竹）
ズッキーニ	とうもろこしと海老真丈 花ズッキーニ包み揚げ（おぐら家）
スナップエンドウ	スナップエンドウと海老真薯揚げ 蛤と豆のあんかけ（久丹）
蚕豆	空豆のチュロス（楮山）
蚕豆	そら豆饅頭衣揚げ（蓮）
蚕豆	そら豆のフライ（久丹）
大根	紅芯大根と青芯大根 豚肉巻揚げ（おぐら家）
筍	筍白扇揚げ（蓮）
筍	筍の餅粉揚げ 焼きカラスミ（楮山）
筍	揚げ筍の木の芽味噌和え（根津たけもと）
筍	揚げ筍若芽あん（久丹）
玉葱	新玉葱の炭焼き（蓮）

玉葱	新玉葱縮緬揚（分とく山）
玉葱	揚げ葉玉葱と毛蟹の鮪節和え（まめたん）
玉蜀黍	とうもろこしのスパイス炒め（ゆき椿）
玉蜀黍	玉蜀黍饅頭照り焼きと黒むつの塩焼き（西麻布 大竹）
茄子	翡翠茄子二身揚（分とく山）
茄子	茄子の揚浸しとメ鯖 白胡麻ソース（楮山）
茄子	丸茄子とトマトとチーズ揚げ出し（おぐら家）
蒨の臺	福寿草揚（分とく山）
ホワイトアスパラ	ホワイトアスパラ米粉揚げ 黄味酢とからすみ粉がけ（おぐら家）
万願寺唐辛子	万願寺唐辛子射込み揚げ（蓮）
百合根	百合根とモッツアレラチーズ 桜揚げ（おぐら家）
蓮根	蓮根まんじゅう 葱あん（久丹）
蓮根	蓮根揚げだし（蓮）
各種根菜	揚げ野菜のサラダ（ゆき椿）
各種果菜	夏野菜 チミチュリソース添え（ゆき椿）
各種	煎餅三種 玉蜀黍、海苔、海老（分とく山）

### 第三章 肉と卵の揚げ物

鴨	鴨ロースの唐揚げとゴーヤの素揚げ、有馬山椒炒め（根津たけもと）
牛	牛カツ玄米香煎揚げ 揚げた蒨の臺ソースがけ（おぐら家）
牛	和牛揚花山椒あん（久丹）
牛	揚げ牛肉と蒨の臺の炊き込みご飯（久丹）
牛	牛舌若草揚（分とく山）
鰻	スッポンの唐揚げ（久丹）
鰻	スッポンの西京漬揚げ（楮山）
鰻	スッポンのかき揚げ（蓮）
鰻	スッポンの揚げパン（まめたん）
豚	豚肩ロースのコンフィでとんかつ（まめたん）
豚	豚蓬麩巻（分とく山）
豚	豚バラとガリのかき揚げ（ゆき椿）
ラム	ラムカツ（ゆき椿）
卵	出汁巻玉子の揚げ出し風（根津たけもと）
卵	ローストビーフ 揚げ玉子 ちり酢（楮山）

#### 第四章 珍味・加工品の揚げ物

- オタフク豆蜜煮 お多福豆蜜煮桜と抹茶の揚げ饅頭（まめたん）
- 唐墨 唐墨羽二重揚（分とく山）
- 胡麻 揚げ胡麻豆腐（久丹）
- 小麦粉 揚げ玉とうこぎと野萱草のカラスミ和え（根津たけもと）
- 米 揚げおにぎり茶漬（根津たけもと）
- 子持ち昆布 子持ち昆布葱衣揚（分とく山）
- 塩ラッキョウ 塩らっきょうの香味揚げ（根津たけもと）
- 白玉粉 揚白玉酒盗のせ（分とく山）
- 蕎麦粉 麦蕎豆腐 べつ甲あん掛（分とく山）
- 豆腐 揚げ出し豆腐 毛蟹ネバネバあん掛け（西麻布 大竹）
- ぬか漬け ぬか漬けの天ぷら（ゆき椿）
- 麩 生麩と根菜の揚げ味噌田楽（まめたん）
- ベーコン ベーコンとアスパラの天バラ（ゆき椿）
- 各種珍味 鮎の開き・畳鯛・唐墨・潤目鯛の吹き寄せ仕立て（根津たけもと）

#### 第五章 春巻き・湯葉巻きの揚げ物

- 鮎 稚鮎とクレソン 春巻き揚げ（おぐら家）
- 海胆 海胆の海苔巻揚げ（楮山）
- 海胆 海胆の湯葉天 山菜あん（まめたん）
- 海老 麦藁揚（分とく山）
- 胡麻 胡麻とろと無花果 湯葉包み揚げ（おぐら家）
- 牛 舞茸真丈 牛肉ネットライスペーパー揚げ（おぐら家）
- 椎茸 椎茸の春巻き（ゆき椿）
- 鼈 丸網揚（分とく山）
- 玉葱 新玉葱和風春巻き（西麻布 大竹）
- 鱈白子 黒湯葉と白子の黒湯葉包み揚げ（おぐら家）
- 鶏 鶏肝アボカド揚（分とく山）
- 各種山菜 湯葉の春巻き（まめたん）
- デザート 俵揚（分とく山）
- デザート 揚湯葉のミルフィーユ（おぐら家）

取材店紹介と掲載料理

材料別索引