# 松野町の地域食材を使った料理　お茶のかき揚げ

| 食品名 | 1人分<br>分量(g) | 下処理・切り方など |
|---|---|---|
| 茶葉 | 0.8 | |
| 枝豆 | 5 | |
| エリンギ | 7 | 千切り |
| たまねぎ | 12 | 千切り |
| さつまいも | 20 | 拍子木切り |
| ちくわ | 6 | 半月切り |
| 食塩 | 0.2 | |
| 薄力粉 | 8 | |
| でん粉 | 2 | |
| 鶏卵 | 6 | |
| 揚げ油 | | |

山間部特有の濃い霧が、深く濃い緑色の葉、香り高くほのかな甘みが広がる茶を育んでいます。

鬼北町・松野町周辺でお茶栽培が始まったのは戦後のことで、昭和32年に国の事業として町内を茶畑などの農園地に造成する大規模な団地化が行われたことで、本格的に生産が始まりました。

(作り方)

① エリンギ・玉ねぎは千切り、さつまいもは拍子木切りにする。

② ちくわは半月切りにする。

③ 衣をつくり、野菜とちくわを混ぜる。

④ 形をつくり、油で揚げる。

| (栄養価) | |
|---|---|
| エネルギー | 152 Kcal |
| たんぱく質 | 4 g |
| 脂質 | 6.5 g |
| カルシウム | 35 mg |
| 鉄 | 0.8 mg |
| 食物繊維 | 2.6 g |
| 食塩相当量 | 0.3 g |

# 調　理　作　業　指　示　書

| 時間 | 作業手順 | 調理上のポイント | 衛生管理のポイント |
|---|---|---|---|
| | | | ・手指は清潔か |
| 8:00 | 物資検収 | | ・検収時　専用容器に移し替える |
| | | | ・保存食は50g以上採取する |
| | 野菜の洗浄 | | ・野菜は十分な流水で3回洗浄する |
| | | | ・汚染度の低いものから洗う |
| | 野菜の裁断 | ・野菜は、大きさをそろえて切る | ・包丁、まな板の洗浄、消毒の確認 |
| | | | ・刃こぼれはないか |
| 9:00 | 割卵 | | ・鶏卵の取扱いに注意する |
| | 冷蔵庫に入れる | | ・卵は常温放置しない |
| | | | ・専用エプロン、使い捨て手袋を使用する |
| | ちくわの裁断 | | ・専用の包丁、まな板を使用する |
| | (冷)枝豆袋だし | | |
| 10:00 | | | |
| | 粉をふるう | | ・専用エプロン、使い捨て手袋を使用する |
| | | | ・容器・器具は清潔か |
| | 茶葉と材料を混ぜる | ・茶葉を加える | ・使用直前に卵を溶く |
| | | | ・保存食は50g以上採取する |
| | フライヤー点火 | | |
| | 形を整えて揚げる | ・目安：180℃ 6分 | ・専用エプロン、使い捨て手袋を使用する |
| | 中心温度測定 | | ・中心温度の確認・測定・記録 |
| | | | ・75℃1分間以上の確認 |
| | | | ・素手で触らない |
| | | | ・使い捨て手袋を使用する |
| 11:00 | 配　缶 | | ・配食用エプロンを着用する |
| | 保存食をとる | | ・保存食は50g以上採取する |