

寺子屋 徳次郎
料理教室



ご家庭のための
天婦羅
100個の考え方

コツやテクニックだけでは、
伝わらない天婦羅の揚げ方。
考え方をお伝えいたします！



割烹 逆瀬川 川上

今日この教室で目指す所！

【天ぷら専門店】



【ご家庭の場合】



この条件で
美味しく仕上げます！

「火を通す」ということ

生で食べるもの・・・刺身・サラダ・漬物など

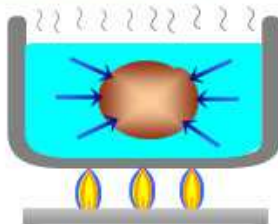
これら以外の料理は、加熱しています。

全ての加熱調理は、食材の持つ水分をどうするか？ で行っています。

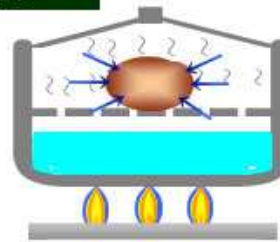
しつねつ 湿熱調理

食材に水分を与えながらの加熱調理

煮る・茹でる



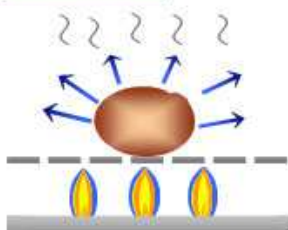
蒸す



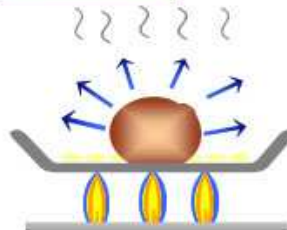
かんねつ 乾熱調理

食材の水分を奪いながらの加熱調理

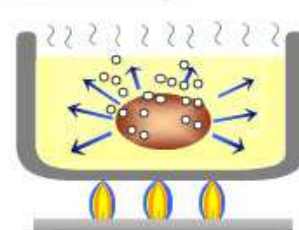
焼く



炒める



揚げる



揚げるとは、

水と油の混ざり合わない性質を利用して、
水分を蒸発させる調理法

【素揚げ】

衣をつけずにそのまま食材を揚げたもの
骨せんべい・フライドポテト・薩摩揚げ
薄(厚)揚げ・春巻き・・・

【から揚げ】

小麦粉や片栗粉をまぶしてから揚げたもの
鶏 小海老 など

【フライ】

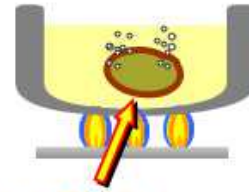
卵とパン粉を衣にして揚げたもの
白身魚・コロッケ・海老フライ・イカリング・オニオンリング・・・

【天ぷら】

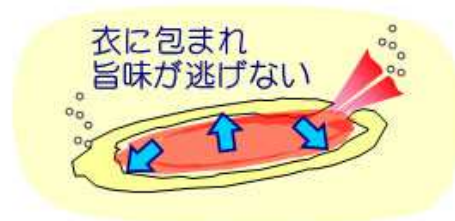
卵黄と小麦粉を衣にして揚げたもの。 様々な食材に適する。
(変わり種) 半熟卵・饅頭・アイスクリーム・饅頭・寿司・もみじ・・・

《天ぷらの特性》

- 素材のジューシーさを保持
(衣によって蒸したような状態になる)
- 淡泊な素材を濃厚に仕上げる



全ての揚げ物は、
瞬時に表面に火を通すことで、
旨味を閉じ込める



衣に包まれ
旨味が逃げない

天ぷらが難しいわけ

似た揚げ方の「フライ」と比較します

 フライ		 天ぷら
パン粉 卵	衣	小麦粉 卵黄
塩 胡椒	下味	無し
前もっての仕込が可能 冷凍も可能	下準備	食べる直前
多少使用したものが最適	油	新品に限る
仕上がり時の温度に注意	テクニック	終始 気配りが必要
油の表面 全部	量の限度	油の表面の7割
冷めても美味	賞味時期	揚げたてに限る 冷めることにより急劣化
あり	再加熱	なし
ソース (トンカツ・ウスター・タルタル)	味の補足	天つゆ 塩
パーティ お弁当 (大量の需要に対応)	ニーズ	専門店 家庭向き (少量の調理向き)

天ぷらの材料

【天ぷら種】

☆高級天ぷら店では、「刺身用の魚介類」や「季節の野菜」を使用

《魚介類》 車海老 キス 穴子 貝柱 白魚 など

《野菜》 筍 茗荷(みょうが) 松茸 山芋 茄子 など

☆天ぷら種に向かない素材

肉類全般(牛 豚 猪 鶏 鴨 鯨・・・)

脂の多いもの(トロ ぶり 大羽鰯・・・)

赤身の魚(鰹 マグロ・・・)

熱に弱いもの(瓜類 トマト 青菜・・・)

☆天ぷら種の仕込み・切り方

《火の通り具合を考慮》 素材の硬さで厚みを考える
薩摩いも・南瓜・蓮根など

[蓮根]



《食べる時の大きさを考慮》 大き過ぎず、小さ過ぎず!

[南瓜]



《危険を避ける》 空気を内包している食材には切れ目を入れる
イカ・青唐など

[イカ]



イカの皮は
5層になっている

【天ぷら衣】

☆小麦粉(薄力粉) 卵黄 水

市販の天ぷら粉とは?

(小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・卵黄粉・着色料など)

【天ぷら油】

《天ぷら専門店》 綿実油 胡麻(太白)油 菜種油 大豆油 など

《一般家庭》 天ぷら油(大豆・白絞油) サラダ油(高度な精製) など

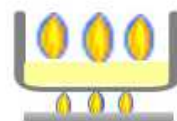
【天つゆ】

出汁(鰹・昆布) 5 : 薄口醤油 1 : 味醂(煮切り) 1

【天ぷら塩】

味醂のアルコール分は飛ばす

抹茶塩・カレー塩・柚子塩・山椒塩 など

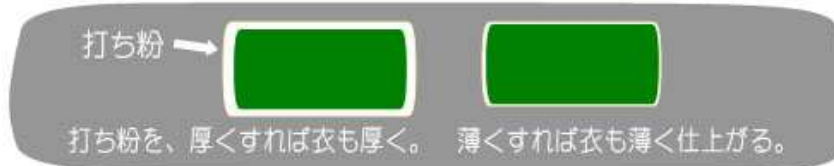


実践！天ぷらを揚げる

【打ち粉】

揚げ出す直前に、天ぷら種にまぶす小麦粉のこと

揚げた際、衣が天ぷら種から剥がれないようにするための接着剤の役目

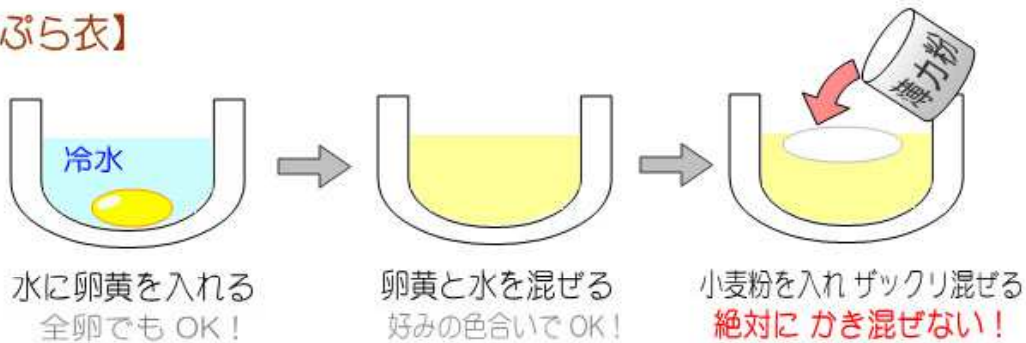


《天ぷら種の表面の水分量に注目》

○水分量が多いもの（衣が厚くなりがち）は、拭き取る
海老・キス・穴子・イカなど

○水分量が少ないもの（衣が剥がれる）は、表面を湿らせる
ピーマン・玉ねぎ・大葉しそ

【天ぷら衣】



グルテン・・・小麦粉に含まれるタンパク質で、
水と混ぜると「粘り」のもととなる。
この粘りが、天ぷらが「カラッ」と揚がらなくなる原因

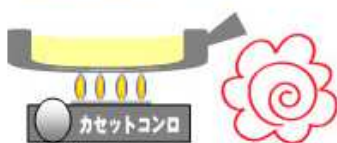
【火力の違い】

油の量の温度を
コントロール出来る
「火力」が必要



逆に言うと

少量の油だからこそ、
温度調節が簡単！



水と油が
入れ替わる

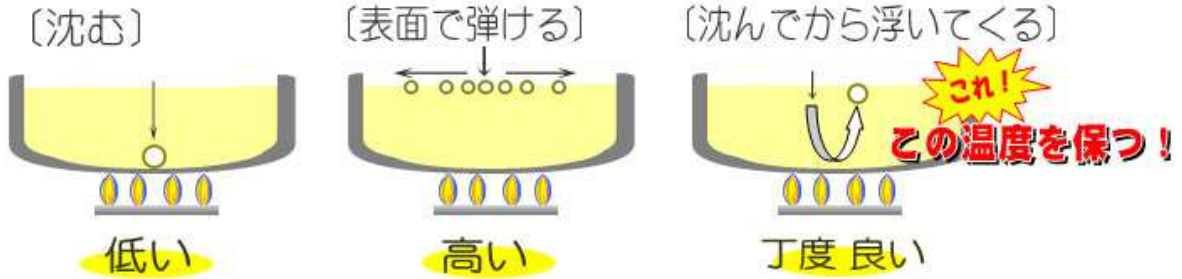
衣の水分を放出

衣が油を吸う

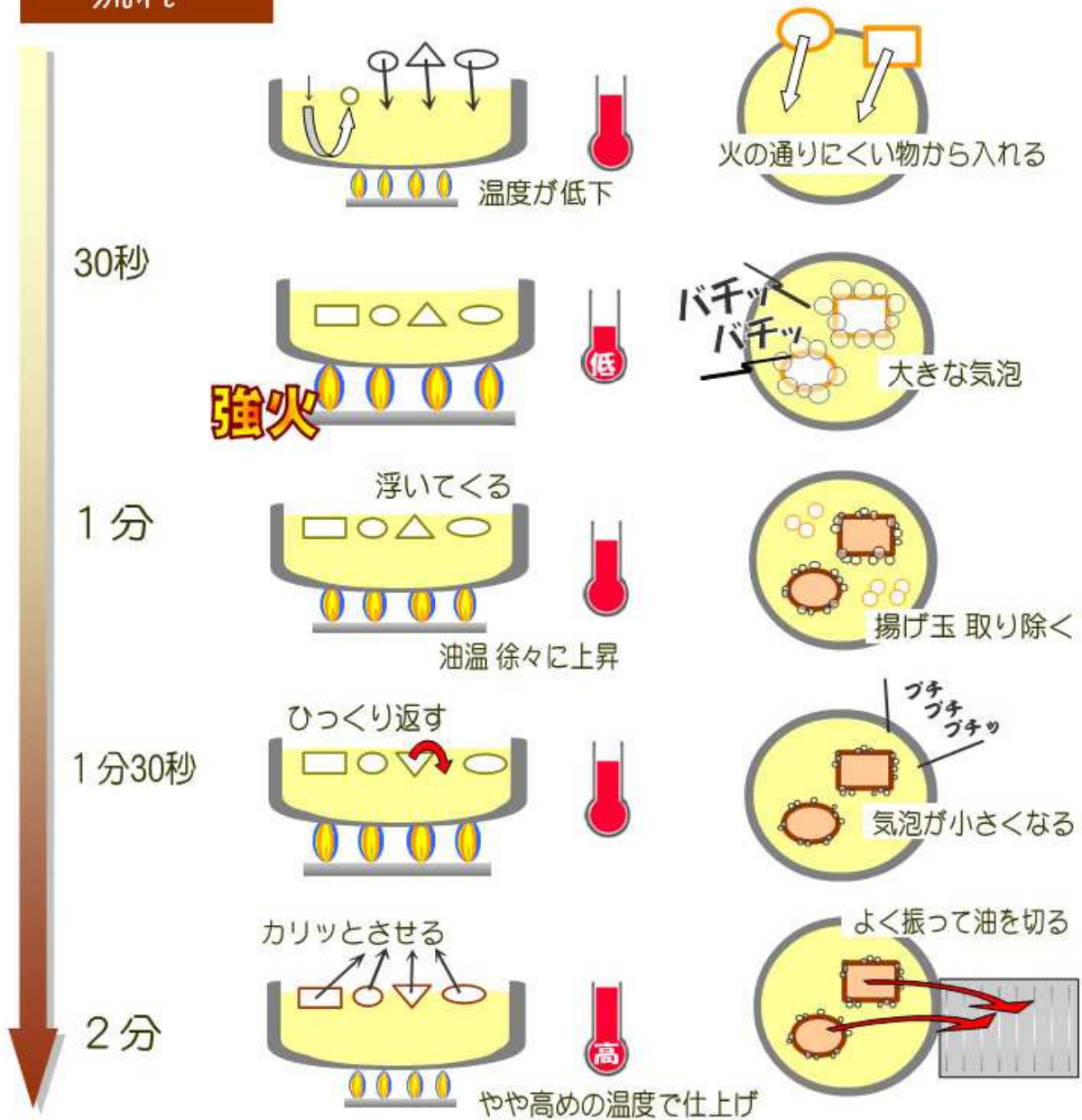
これが天婦羅だ！

油の温度

溶いた小麦粉を一滴垂らすと…



流れ



目と耳を駆使する!

揚げ玉・揚げカス

揚げ玉は こまめに取り除く



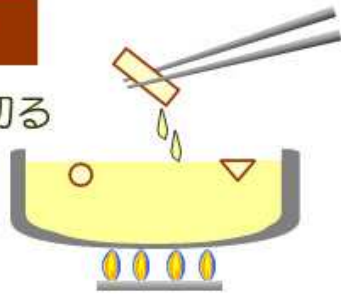
揚げカスは 御飯で
取ることが出来ます



揚げカスは 次の揚げ物に こびり付く

揚げあがり

余分な油を切る

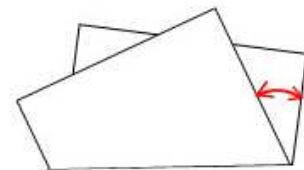
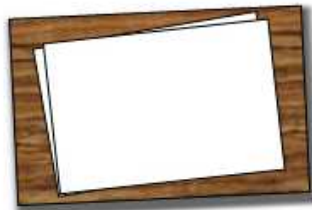
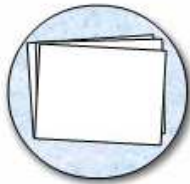


揚げトレイには、
立てて取ります



天紙について

最終的な油切りに有効



角度を付けない方が上品

器のサイズの、8割位の大きさが美しく見えます

盛り付け

大きく高いものは奥

細長いものは立てる

形に特徴が
あるものは前

天紙の淵には
盛らない



同じものは並べる

塩は右手前