

「昭和天ぷら粉」発売 60 周年企画

今年の年末年始はおうちで「天ぷら料理」を楽しもう！

料理研究家 寺田真二郎さん考案

カンタン・おいしい・豪華！ 旬の素材を使った天ぷら粉冬レシピ ご紹介

「人々の健康で豊かな食生活に貢献する」をグループ経営理念に、小麦、大豆、菜種、トウモロコシなどから様々な製品を製造販売する“穀物ソリューション・カンパニー”昭和産業株式会社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長執行役員 新妻一彦）から、発売60周年を迎えた「昭和天ぷら粉」を使った、冬のおすすめレシピを動画と一緒に3品をご紹介します。

今回のレシピは、テレビや雑誌を中心に活躍中の料理研究家 寺田真二郎さんに考案いただきました。

年末年始のスペシャルな食卓におすすめのレシピや、正月明けの残り物食材を使ったメニューなど、これからの季節に役立つレシピを 12月3日より、昭和産業公式YouTube内で公開いたします。 是非お試しくださいませ。

<今回紹介するレシピにおすすめの商品>



サクッと納得の天ぷらに仕上がる
パンプキンパウダー入りで黄金色
『天ぷら粉黄金』

衣・素材の味を引き立てるため小麦の中心部分からとった薄力小麦粉を使用しております。卵粉とパンプキンパウダーにより、香ばしい揚げ色とおいしさ、サクミを与えました。水に溶くだけで、家族が喜ぶ“ひとつ上の天ぷら”を手軽に揚げられる商品です。
内容量：300g／450g



コレステロールゼロ！ビタミン E 豊富な
栄養機能食品
あっさり・油っぽくない・素材の味を引き立てる
『オレインリッチ』

オレイン酸（オメガ9）を80%含有※したプレミアムな健康ひまわり油です。コレステロールゼロでビタミン E も豊富な栄養機能食品です。あっさり・油っぽくない・素材の味を引き立てるので揚げもの、炒めもの、ドレッシングなどのいろいろなお料理にぴったりの油です。
※当社調べ
内容量：300g／600g

料理研究家・寺田真二郎さん考案！『天ぷら粉黄金』を使ったおすすめレシピ 3 品

昭和産業公式チャンネルにて実演動画をご覧ください。

- ・旬の素材を使った冬の紅白天ぷら盛り合わせ URL : <https://youtu.be/d4hvmz6aK-c>
- ・サクふわ！かき揚げボール～もったいない！レシピ～ URL : <https://youtu.be/THZvVY82054>
- ・天ぷら粉でつくる 2 種の明太餅チーズパン URL : <https://youtu.be/gjKZ9T2oHbc>

【寺田真二郎さんプロフィール】

調理師資格取得後、食品会社勤務、カフェ店長などを経て、2009年より本格的に料理研究家として活動。和洋中を問わず得意とし、お手軽に美味しく華やかにみえる料理をはじめ、時短テクニックや驚きのアイデアを活かしたレシピが幅広い世代に好評。テレビや雑誌などで活躍する一方、企業との商品プロデュース・レシピ開発も多く手がけている、いま最も注目の若手料理研究家です。

blog : <https://ameblo.jp/shinjiro-terada/>





カンタンなのに見た目華やか！お正月のホームパーティーにおすすめ！
いつもの天ぷらにひと工夫で“テン普拉・オードブル”『冬の紅白天ぷら盛り合わせ』



【材料】2人分 【調理時間】約30分
天ぷら粉黄金 50g 水 75ml オレインリッチ 適量
＜海老の青紫蘇巻き＞
海老（大）4本 大葉 2枚 塩 少々 天ぷら粉黄金 適量
＜鮭の親子天ぷら～柚子風味～＞
鮭（刺身用の柵）130g 塩 少々 天ぷら粉黄金 適量
いくら醤油漬 適量 柚子の皮（細切り） 適量
＜春菊の生ハム巻き＞
春菊 2本 生ハムロース 4枚 天ぷら粉黄金 適量
＜カリフラワー～天ぷらの明太マヨソース＞
カリフラワー 4個 塩 少々 天ぷら粉黄金 適量
明太子（皮を除く）大さじ1/2 マヨネーズ 大さじ1/2 粗挽き黒こしょう 少々

【作り方】

■下ごしらえ

＜海老の青紫蘇巻き＞

- 1 海老は一節残して殻をむき、背ワタを取る。尾の先を切って水を出す。
腹側に包丁で4本切り目を入れたら、筋が切れるまで身をそらして伸ばす。※切れ目から身をプリッと出すイメージでそらしましょう
- 2 海老に塩を少々振り、天ぷら粉黄金を薄くまぶし、縦半分に切った大葉を巻き付ける。
※粉は大葉をくっつける“のり”の役割です。大葉のつるつるした面を巻き付けましょう

＜鮭の親子天ぷら～柚子風味～＞

鮭を半分に切り、塩を少々振り、天ぷら粉黄金をまぶす。

＜春菊の生ハム巻き＞

春菊を4等分に切る。生ハムの上に4等分にした春菊を乗せ、しっかりと巻き天ぷら粉黄金をまぶす。

＜カリフラワー～天ぷらの明太マヨソース＞

- 1 カリフラワーに塩を少々振り、天ぷら粉黄金を薄くまぶす。
- 2 明太子とマヨネーズを混ぜておく。

■天ぷら仕上げ

- 1 ボウルに水を75ml入れ、そこに天ぷら粉黄金50g入れ衣をつくる。粉っぽさが残る程度に軽く混ぜる。
- 2 フライパンにオレインリッチを入れて180℃に熱し、表面がカリッとするまで揚げる。
★オススメの揚げ順：カリフラワー→春菊×生ハム→鮭→海老×大葉
★オレインリッチの量はなべ底から3cm程度の量が目安です
- 3 鮭は半分に切り、いくらと柚子の皮をトッピング。カリフラワーは半分に切り、明太マヨソースのをせて軽く黒こしょうを振る。

ピンクや緑など色味がポイント。
春菊を花束の様に巻くと更に華やかに！
生で食べられる野菜は加熱しすぎに注意を。

年末イベント 冷蔵庫の大そうじにおすすめの“もったいない”レシピ
「はんぺん+冷蔵庫のあまり食材」でつくる、冷めてもおいしい『サクふわ！かき揚げボール』



【材料】約10個分 【調理時間】約20分
天ぷら粉黄金 35g 水 50ml
オレインリッチ 適量
はんぺん（大）1枚（110g）
＜A＞ むきえび（1cm角）6尾 にんじん（粗みじん）50g
ゆで枝豆 40粒 青のり 大さじ1/2
万能ねぎ（小口切り）3本 酒 大さじ2
天ぷら粉黄金 大さじ2

はんぺんと合わせる具材は冷蔵庫のあまりものでOK！
はんぺんを粗めに崩すことでふわっとした食感に仕上がります。

【作り方】

- 1 ボウルにはんぺんを入れ、粗めに崩す。
- 2 1のボウルに＜A＞を入れ混ぜ合わせる。
- 3 よく混ぜたら、10等分にして固めに丸める。※固めに丸めると揚げるときに崩れにくくなります
- 4 水50mlに天ぷら粉黄金35g加え衣をつくる。粉が少し残るくらいに軽く混ぜる。
- 5 3を衣につけ、180℃に熱したオレインリッチで表面がカリッとするまで揚げる。
★崩れやすいので、衣をつけるときはやさしく！
★オレインリッチはなべ底から3cm程度の量が目安です。

『食材をおいしく、ムダなく、使い切るレシピ』は他にも多数ご紹介！

URL：<https://www.showa-sangyo.co.jp/csr/mottainai-life/mottainai05.html>



お正月の余ったお餅でアレンジ！発酵いらずの短時間で“もちふわ”食感実現
「白いりごま味」と「青のり味」 天ぷら粉でつくる2種の『明太餅チーズパン』



【材料】8個分 【調理時間】約20分

切餅 2個 (50g×2)

牛乳 大さじ3

<A>

天ぷら粉黄金 60g

明太子 30g

粉チーズ 20g

ピザ用チーズ 40g

<味のアレンジ>

■白いりごま味：白いりごま 大さじ1/2

■青のり味：青のり 小さじ1

粗挽き黒こしょう 適量

【作り方】

- 1 耐熱ボウルに切り餅・牛乳を入れ、ラップをしないで電子レンジ600Wで1分30秒加熱し、更に餅を裏返し1分加熱する。
※ラップをすると牛乳が吹きこぼれる場合があるので、ラップはしないで加熱しましょう
- 2 菜箸で餅の固まりがなくなるまで混ぜる。
- 3 2に<A>を入れ、始めは菜箸で混ぜ、まとまってきたら手で粉っぽさがなくなるまでこねる。
※菜箸である程度まとめる事でこねる際に手にくっ付きにくくなります
- 4 3に天ぷら粉黄金(分量外)を少量振り、2等分する。一つは青のりを混ぜ、もう一つは白いりごまを混ぜてそれぞれこねる。
- 5 オープンの天板にクッキングシートを敷き、それぞれの生地を更に4等分し、丸めたものから天板に並べていく。
- 6 190℃に予熱したオーブンで15分加熱。
※途中で好みの焼き色がついてきたらアルミホイルやクッキングシートを被せてから残り時間加熱する事で焦げずに焼きあがります
- 7 焼きあがったらお好みで黒こしょうを振りかける。

「お餅」と「天ぷら粉黄金」を使って、
外はカリッと中はもちりの人気のパンにアレンジ！
天ぷら粉黄金はベーキングパウダー入りなので、
発酵なしで「もちふわ！食感」のパンが簡単に作れます。

まだまだあります！天ぷら粉活用術（おすすめアレンジレシピ）公開しています。

URL : <https://www.showa-sangyo.co.jp/enjoy/recipe/recommend/>

<お客様からのお問い合わせ窓口>

昭和産業株式会社 お客様相談センター

フリーダイヤル:0120-325-706(平日9時~17時)

<昭和産業に関するお問い合わせ先>

昭和産業株式会社 経営企画部 コーポレート・コミュニケーション室 担当:赤松

TEL:03-3257-2042