

# ◎◎ ホワイトアスパラガスのフライ ハーブマヨネーズソース ◎◎

春から初夏にかけて旬のホワイトアスパラガス。衣に包んで揚げると甘みと香りが濃縮します。簡単で爽やかなソースを合わせました。

## ■材料2人分

ホワイトアスパラガス	4本
薄力粉	大さじ1
粉チーズ	小さじ2
溶き卵	1/2個
パン粉※	大さじ3～

※パン粉はあらかじめフードプロセッサーで細かくしたものを使用していますが、そのまま使用してもよいです。

## ◆ソース

Aマヨネーズ	大さじ2
A生クリーム	大さじ2
Aケッパー	小さじ1
Aディル	1枝
塩	適宜

ホワイトアスパラガスは実は柔らかいのですが皮は繊維質が強く舌に残ります。花の下から全てむくとよいでしょう。



- 1 ホワイトアスパラガスは花のすぐ下からピーラーで皮をむき、根本の固い2cmは切りすてる。長さを半分に切る。
- 2 ホワイトアスパラガスに塩ひとつまみをよくまぶす。薄力粉と粉チーズを混ぜる。薄力粉粉チーズ→溶き卵→パン粉の順に衣をつける。
- 3 170℃に温めた油に入れ、きつね色になるまで揚げる。揚げたらすぐひとつまみの塩をふる。
- 4 (ソース)ケッパーはみじん切り。ディルは固い茎を除き1cm長さに切る。ボールにAを全て入れよく混ぜる。塩で味を整える。
- 5 皿に③を並べソースをたっぷりとかける。好みでディルを添える。

## Cirton ヨーコ先生のアスパラガス講座

ホワイトアスパラガスとグリーンアスパラガス。見た目も味も異なりますが同じ苗からできています。光にたくさん当てて光合成をしたのがグリーンアスパラガス。光に当てず暗い環境で育てたのがホワイトアスパラガスなのです。山形でアスパラ農園を訪れたことがありました。アスパラガスの苗って私の背丈よりおおいのです。そこから竹と同じように土の下から地下茎でつながって出た新芽がアスパラガスなのです。アスパラガスの美味しい季節はあと少し。是非旬の味を味わってみてください。

