

当別分屯基地

『当別ドバちゃん空上げ』



- ・当別分屯基地の新しい空上げを決めるため調理競技会を開催し、優勝した当別ドバちゃん空上げ
- ・北海道のご当地献立であるちゃんちゃん焼きをイメージ
- ・当別町産の野菜を使用した味噌味の絶品空上げ



【名称の由来】

ドバ：作成者の苗字（土橋士長）

ちゃん：ちゃんちゃん焼き

材料（4人分）

食品名	分量	食品名	分量
鶏もも肉	600g	味噌	60g
酒（下味用）	大さじ2	酒	大さじ2
塩胡椒（下味用）	10g	みりん	大さじ2
玉葱（下味用）	20g	醤油	小さじ1
小麦粉	10g	おろしにんにく	15g
片栗粉	10g	ジンギスカンのタレ	大さじ1
揚げ油	適量	砂糖	30g
人参	5g	コチュジャン	小さじ1
玉葱	10g	人参（飾り用）	5g
ジャガイモ	20g	葱（飾り用）	5g

調理手順

- 1 下味用の玉ねぎをすりおろす。
鶏肉を一口大に切り、すりおろした玉葱、
酒、塩胡椒をもみこみ半日程漬け込み下
味をつける。



- 2 玉葱、人参、ジャガイモをすりおろす。
味噌、酒、みりんをボールに入れ、よく
溶かす。
よく溶けたら残りの調味料と一緒に鍋に
入れて火を入れる前によく混ぜる。
混ぜ終わったら中火にかけ、焦げないよう
に混ぜながら、一煮立ちさせ火を止める。



- 3 小麦粉と片栗粉を1対1の割合で混ぜ、
肉にまぶし、余分な衣を落とす。



- 4 油の温度は160度で、きつね色になる
まで揚げる。2度揚げする場合は、薄く
色が付いたら一度油から出し、油の温度
を180度にした後、再度きつね色になる
まで揚げる。



- 5 器に空揚げを盛り付け、別皿にソースも
盛り付ける。
お好みで千切りキャベツを添え、人参と
葱を空揚げに載せる。



献立担当者

味噌ソースをかけるのではなく、別添えにすることにより、カラッとした食感を活かしつつ、味噌ソースを少し甘めにする事で空上げとの相性もよく郷土料理の味を楽しめるようにしました。

調理担当者

当別産の野菜を使った味噌ソースで北海道のご当地献立であるチャンチャン焼きを空上げで再現。

みんなでちゃんちゃん焼きを囲んでいる、団欒をイメージしました。

また、北海道産玉ねぎをすりおろして下味に使うことで、肉を柔らかく、風味豊かにし、当別産のジャガイモと人参をソースに加えることにより、甘みとうまみを引き出し空上げに絡むようにしました。

喫食者

味噌ソースと空上げの相性が良く、魚だけではなく空上げで北海道の郷土料理の味を楽しめるのがいい。

味噌ソースがおいしく野菜につけてもいい。