

New



当別ななつぼし空上げ



ドバちゃん空上げ



当別分屯基地空上げページへようこそ！  
当別空上げとしては、現在2種類レシピがあります。  
令和6年度に「ドバちゃん空上げ」、  
令和7年度に「当別ななつぼし空上げ」を作成しました！  
レシピを参考に、ぜひご家庭で作ってみてください！





当別分屯基地

『当別ななつぼし空上げ』



当別分屯基地  
公認キャラクター  
どうぶる



当別分屯基地開庁70周年記念行事に合わせて、「ドバちゃん空上げ」に続く新たな空上げを完成させました！ドバちゃん空上げの味噌味をベースに、酒粕と当別町産ななつぼしの米粉を使用し、7種類の調味料(材料①～⑦)をブレンドすることで、冷めてもカリカリ、中身も柔らかくジューシーに仕上げました！

材料(4人分)

| 食品名         | 分量   | 食品名          | 分量       |
|-------------|------|--------------|----------|
| 鶏もも肉        | 480g | 七味唐辛子 ⑥      | 適量(2g程度) |
| 料理酒         | 45g  | 山椒 ⑦         | 適量(2g程度) |
| おろしにんにく ①   | 26g  | 揚げ油          | 適量       |
| おろし生姜 ②     | 26g  | 酒粕           | 50g      |
| ジンギスカンのたれ ③ | 45g  | 片栗粉          | 適量       |
| 白味噌 ④       | 54g  | 当別町産ななつぼしの米粉 | 適量       |
| 砂糖 ⑤        | 6g   |              |          |

※ななつぼし(ホクレン商標登録番号:4706063号)

調理手順

1 鶏肉を切り分ける(1個40g程度・1人3個)



2 ボウルに酒粕をほぐし、料理酒をふりかけた後、砂糖、味噌を加える。



3 ジンギスカンのたれ、おろしにんにく、おろし生姜、七味唐辛子、山椒を加えよく混ぜる。



## 調理手順

- 4 2～3で作った調味料を鶏肉によく混ぜた後、半日～1日程度冷蔵庫で保管する。



- 5 片栗粉、米粉を混ぜ合わせ（1：1）、鶏肉にまとわせる。



- 6 軽く握りこみ、丸みをつける。



- 7 油を熱しておき、鶏肉を揚げる。（160℃、8分程度）



- 8 器に盛りつけて完成。お好みで七味唐辛子、山椒をふりかける。



### 献立担当者

北海道当別町産のななつぼし(精米)の米粉と片栗粉を使用した空揚げです。衣は米粉でサクサク、鶏肉は酒粕でジューシーに仕上げました。空揚げの名前については、当別らしさや親しみやすさを踏まえ、隊員からの幅広い意見の中から投票にて決定しました。

### 調理担当者

鶏肉の下味の配分量や片栗粉と米粉の配合量について試行錯誤を重ね、ベストな配合を決めました。最後に七味唐辛子と山椒をふりかけることで、グッと味が引き締まります。

### 喫食者

- ・肉が柔らかくて食べやすかった。
- ・大きさ、衣の食感が良く、美味しかった
- ・ニンニク風味がよくからんで良い。
- ・子どもから大人まで食べやすいと思う。

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



## 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）   | 30g  | 酒            | 30g |
| 塩胡椒（下味用） | 10g  | みりん          | 30g |
| 玉葱（下味用）  | 20g  | 醤油           | 2g  |
| 小麦粉      | 10g  | おろしにんにく      | 15g |
| 片栗粉      | 10g  | ジンギスカンのたれ    | 15g |
| 揚げ油      | 60g  | 砂糖           | 30g |
| 人参       | 5g   | コチュジャン       | 5g  |
| 玉葱       | 10g  | 人参（飾り用）※お好みで | 5g  |
| ジャガイモ    | 20g  | 葱（飾り用）※お好みで  | 5g  |

# 調理手順

- 1** 下味用の玉葱をすりおろす。  
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、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。

※ソースは別皿に用意し、空揚げをディップするのもおすすめ。



### 献立担当者

味噌ソースをかけても美味しいですが、ソースを別添えにすることにより、カラッと空揚げの食感をお楽しみ頂けるかと思えます。ぜひご賞味下さい。

### 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ちゃんちゃん焼きを空揚げで再現。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、北海道産玉葱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揚げに絡むようにしました。

### 喫食者

味噌ソースと空揚げの相性が良く、魚だけではなく空揚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。