

ちゅらさんのサーターアンダギー

レシピ監修 エコール 辻 東京 近藤 敦志 先生



シンプルな材料でできるサーターアンダギーはアレンジの可能性無限大！
今回はプレーンタイプに加えて、番組特製ごま・きなこ味とオレンジ味をご紹介します！

材料

<プレーン生地> 直径5cm程度のももの6個分

薄力粉	300g	
ベーキングパウダー	小さじ3	
卵	150g	M玉3個
上白糖	150g	グラニュー糖でもよい
サラダ油	大さじ1	

<ごま・きなこ生地> 直径5cm程度のももの8個分

プレーン生地	200g	
きなこ	40g	
水	50g	
上白糖	小さじ2	グラニュー糖でもよい
黒ごま	大さじ2	

<オレンジ生地> 直径5cm程度のももの6個分

プレーン生地	200g	
オレンジの皮	1個分	ピーラーでむき、オレンジ色の部分をせん切りにする
揚げ油(サラダ油)	適量	

作り方

Prepare 準備

- 上白糖はザルなどでふるっておく。
- オレンジの皮は2～3分ゆでて火を通し、水気を取っておく。

プレーン生地を作る

Step 1 ステップ 1

薄力粉とベーキングパウダーは混ぜ合わせてふるう。



Step 2 ステップ 2

ボウルに卵を入れて泡立て器で溶き、上白糖を加える。混ざったら、次にサラダ油を加え混ぜる。



Step 3 ステップ 3

ステップ 2 にステップ 1 を加え、ゴムべらでツヤがでるまで練るように混ぜる。3 等分にして、1/3 はそのまま常温でぬれぶきんをかけて 1 時間休ませる。



ごま・きなこ生地

Step 4 ステップ 4

きなこ、上白糖、水を混ぜてペースト状にし、黒ごまを加える。



Step 5 ステップ 5

ステップ 4 をプレーン生地に混ぜ、常温でぬれぶきんをかけて 1 時間休ませる。



オレンジ生地

Step 6 ステップ 6

プレーン生地にオレンジの皮を混ぜ、常温でぬれぶきんをかけて1時間休ませる。



Step 7 ステップ 7

サラダ油を 150℃ に熱する。
※生地を休ませている間に準備しておく。



Step 8 ステップ 8

手に水をつけて生地をピンポン玉程度の大きさに取り、丸めて油に入れて揚げる（8～10分かけてゆっくりと）。揚げたら、網の上で油を切る。
※目安は亀裂部分に揚げ色がつくまで。
※高温で揚げると、表面が早く硬くなってしまい、亀裂ができにくくなる。



食べごろと保存方法

温かいうちがおいしく食べられます。冷めても表面がカリッとしている間はおいしいです。