

# 日本山人参料理 レシピ

## 春野菜の山人参衣あげ～山人参塩を添えて～

\*東京九段 和食さくらさくら より\*

### 材料

- 春野菜色々  
筍、たらの芽、ふきのとう、こごみ、  
こしあぶら、浜防風、根三つ葉など

- 山人参衣

水 250cc

卵黄 1個

小麦粉 250g

山人参パウダー 1g

(または山人参茶のパックから出した中身のみ 1g分)

- 山人参塩

塩 10g

山人参パウダー 1g

(または山人参茶のパックから出した中身のみ 1g分)

食べると少し苦いですが、その苦みが脳活性をして、唾液を出し血流をよくします

山人参パウダーのかわりにティーバックを使う場合、すり鉢などで細かくして使用しても良い。

### 作り方

山人参衣をつけた野菜を 180 度の油で揚げ、山人参塩につけていただく

