

# HOW TO MAKE とり天

大分の郷土料理として親しまれている、とり天のレシピを紹介。  
つけだれをいろいろ工夫してみても楽しいですね。



## 材料

### とり天

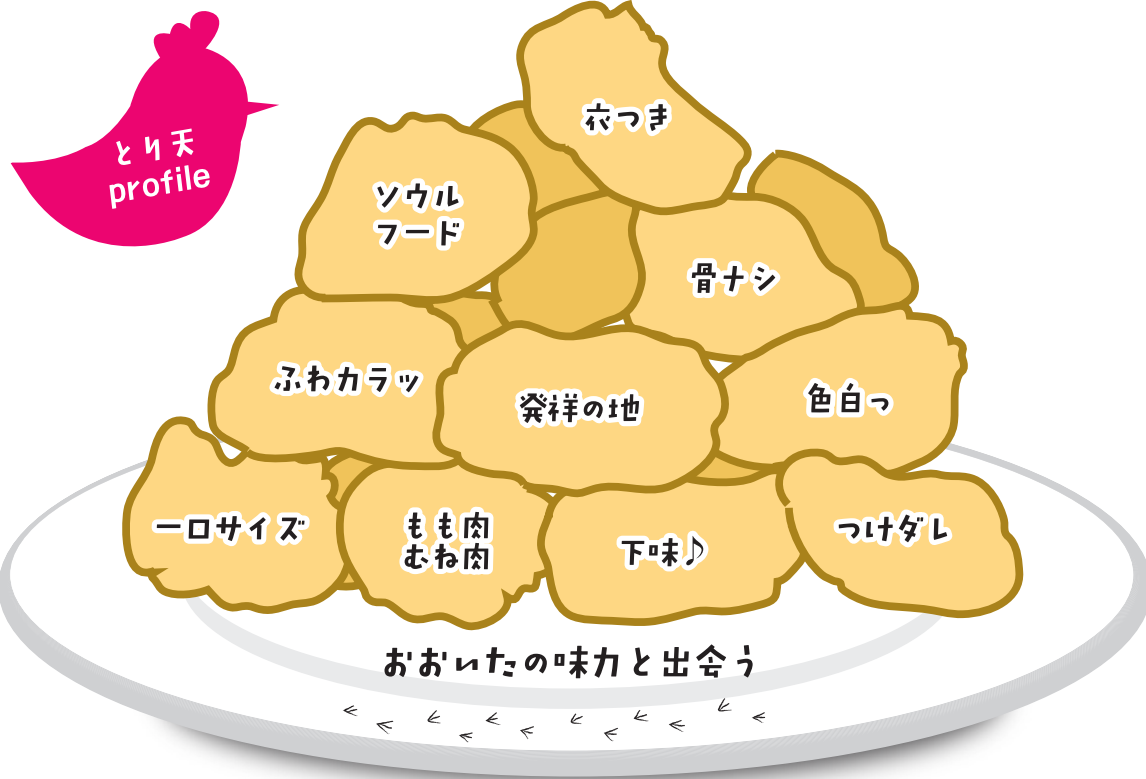
・鶏肉 ・小麦粉 ・卵 ・水  
・ニンニク(すりおろしたもの)  
・生姜(すりおろしたもの)  
・揚げ油 ・酒 ・塩

### つけだれ

・かぼす ・醤油  
・からし(お好みで)

## 作り方

- 1 鶏肉を一口大の手頃な大きさにカットします。  
このとき鶏肉の白いスジをとっておくと、口に残らず食べやすくなります。
- 2 ボールに鶏肉、ニンニク、生姜を入れ、酒、塩を加えてよく混ぜ、  
下味をつけます。ニンニクや生姜の量はお好みで。
- 3 卵に冷水を加えて、そこに小麦粉を少しずつ加えて衣を作ります。  
混ぜすぎると粘りが出してしまうので、軽く混ぜましょう。
- 4 鶏肉に衣をつけて、180度の油で揚げます。  
少しずつ油に入れて揚げると、温度が下がらずにさっくりと揚がります。
- 5 お皿に盛り付けて完成です。  
醤油にかぼすを絞ったかぼす醤油とからしをつけてどうぞ♪



# 大分市の とり天

OITA  
TORITEN



**01** 完全個室～割烹dining  
棧敷坐 ～おしきざ～大分都町店



大分の最高の食を贅沢に愉しむ店  
熟練の職人が創りあげる本物の味  
●単品962円(税込) **もも ぼん から**

☎097-538-5558 大分市都町2-6-13  
17:00～23:00(フードL022:00、ドリンクL022:30) 日曜 ※翌日が祝日の場合は営業、翌月曜休み

**02** 楽天食堂



小ぶり生姜を利かせた  
酒のアテにぴったりの一品!  
●単品660円(税込) **もも ぼん から**

☎097-533-1237 大分市都町3-4-7 久野ビル1F  
17:00～深夜0:00 不定

**03** 味の蔵  
天まで上がれ 都町店



ニンニクのきいた大きめのとり天は  
グループ店でも人気の郷土料理  
●単品680円(税込) **もも かほ から**

☎097-536-1331 大分市都町4-1-10  
11:30～14:30/17:00～22:00 水曜

**04** いかや



当店自慢のとり天をオリジナルの  
ぼん酢でお召し上がりください  
●単品748円(税込) **もも ぼん から**

☎097-540-5402 大分市中央町4-2-27  
竹町西部ビル1F 17:00～22:00(L021:30)  
日曜※祝日の場合は営業、翌月曜休み

**05** 和風グリル たかをや、



久住の大地で育った、とっても  
やわらかジューシーな鶏肉を使用。  
●定食990円(税込) **もも ピネ から**

☎097-532-2369 大分市中央町1-5-26  
11:00～14:00/17:00～20:00 月曜  
※祝日の場合は営業

**06** 酒食・回



やわらかな弾力と旨みを持つ  
おおい冠地どりを堪能する  
●単品880円(税込) **もも かほ から**

☎097-532-3477 大分市中央町3-4-13  
17:30～22:00(L021:00) 不定

**07** 海坊主 よっちゃん



鶏の旨みがジュワッと溢れ出す  
大ぶりのとり天は食べ応えも十分  
●単品870円(税込) **もも ぼん から**

☎097-537-2100 大分市中央町1-4-22  
17:00～23:00(L022:30)、火曜11:30～  
14:00(L013:45)/17:00～23:00(L022:  
30)※なくなり次第終了 不定

**08** 大納言



昼も夜も楽しめる  
愛情たっぷりのバランス満点定食  
●定食750円(税込) **もも ピネ から**

☎097-536-0769 大分市府内町2-2-1  
名店ビル1F 10:30～19:30、日曜10:30～  
14:30 火曜

**09** 府内わっぱ食堂



組み合わせ自由なセルフ食堂  
定食にも酒のつまみにも  
●単品300円(税込) **もも ぼん から**

☎097-548-6454 大分市府内町3-2-25  
11:00～23:00(L022:45) なし

**10** こっこつ庵



地元も観光客も「トリ」コにする  
親子二代が紡ぐ伝統の味  
●単品660円(税込) **もも ぼん から**

☎097-537-8888 大分市府内町3-8-19  
11:30～14:30(L014:00)/17:00～22:  
30(L021:30) 日曜 ※祝日の場合は営業、  
翌日休み

**11** ちちゅう  
壺中の天地



くさみがなくてやわらかい  
大分県産のハーブ鶏を使用!  
●単品715円(税込) **もも かほ から**

☎097-532-5555 大分市府内町3-7-27  
11:30～14:30(L014:00)/17:00～23:00  
(L022:00) 不定

**12** おばんざい さい家



もも肉を使ったやわらかジューシーな  
一品はかぼすぼん酢でどうぞ!  
●単品700円(税込) **もも かほ から**

☎097-536-3326 大分市府内町2-5-1  
11:00～14:00/17:00～23:00(L022:30)  
日曜、祝日

**13** あんとれ



創業30年、変わらぬサクサク・  
ジューシーなとり天をどうぞ!  
●定食830円(税込) **むね タレ**

☎097-536-4208 大分市中央町2-2-22  
豊陽ビル1F 11:00～15:00/17:00～  
21:30 水曜

**14** いろいろ焼 久乃



ごま油でカラリとした揚げあがり  
職人の技が光るコク旨天ぷら!  
●単品660円(税込) **むね ぼん から**

☎097-537-1225 大分市末広町2-3-7  
リーブル末広1F 11:30～13:30/17:30～  
23:00(とり天は夜のみ提供) 日曜 ※日曜  
は予約のみ営業

**15** 酒房鶏処 焼鳥 萬吉



鮮度自慢のとり天と  
特製酢醤油との相性バッチリ  
●単品550円(税込) **むね ピネ から**

☎097-532-1194 大分市末広町1-1-20  
グリーンリッチホテル大分駅前B1F 17:00  
～深夜0:00(L023:00) 日曜 ※連休の場  
合は翌日

**16** ポッポおじさんの  
大分からあげ 大分駅店



アクセス便利な大分駅構内で  
とり天をテイクアウトしよう  
●普通盛り400円(税込) **むね ぼん から**

☎097-574-5522 大分市要町1-40 JR  
大分駅豊後にあきき市場内 9:30～21:00  
(L020:00) なし

**Tori 扱説明書**

このパンフレットは、大分名物「とり天」を提供するお店のこだわりやタレのバリエーションをご紹介します。

# とり天MAP

お好みのとり天を  
探してみよう!

**アイコンの説明**

- むね むね肉使用
- もも もも肉使用
- かほ かぼすぼん酢
- ぼん ぼん酢
- ピネ 酢醤油
- タレ タレ
- から からし

※掲載内容は2021年5月現在のものです