

作ってみよう!  
きゅうしょく  
メニュー

# ◎鶏肉の唐揚げ◎



お肉屋さん直伝！漬け時間最短10分

## ●材料 (4人分)

鶏もも肉(皮つき)	240g	
にんにく	1.6g	→チューブなら2cm
しょうが	1.2g	→チューブなら1.5cm
塩	1.4g	漬けこむ
ごま油	8g	
醤油	12g	
酒	8g	
片栗粉	40g	
揚げ油	適量	

## ●つくり方

①肉に下味をつける。10分(最短)

※4時間以上つけると味が濃くなってしまいます。

②片栗粉をつけて油で揚げる。