

作ってみよう!
きゅうしょく
メニュー!

◎名古屋風鶏から◎

黒コショウが良いアクセント!



●材料 (4人分)

鶏もも肉(皮つき)	240 g	漬けこむ
塩・こしょう	4つまみ ※1	
酒	7g	
片栗粉	35 g	
揚げ油	適量	

・タレ

醤油	20 g (小さじ4)	酒	15 g (小さじ3)
しょうが	1.6 g ※2	にんにく	1.6 g ※2
みりん	14 g (小さじ3)	三温糖	12 g (小さじ2)
黒こしょう	4つまみ ※1	白いりごま	8つまみ ※1

※1 「1つまみ」は親指+2本でつまんだ量。

※2 チューブなら1 cm

●つくり方

- ①肉に下味をつける。10分(最短)
- ②片栗粉つけて油で揚げる。
- ③タレ内の調味料を加熱する。味見。
- ④揚げた肉に④をからめる。

完成！！