

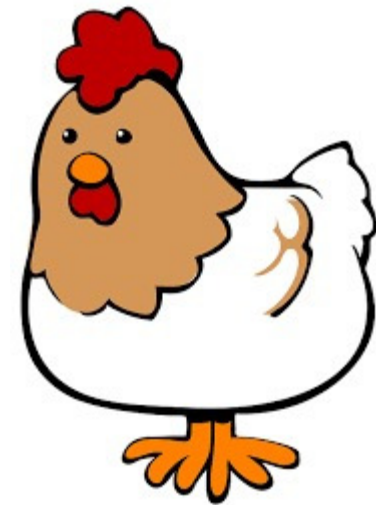
すくすく人気レシピ紹介

2020年3月

今月は鶏の唐揚げをご紹介します。すくすくで大人気のおかずの一つです。生姜で臭みを消してシンプルに味付けし、片栗粉をまぶして揚げるレシピです。作り方は簡単なのでご家庭でもぜひ試してみてくださいね。

鶏の唐揚げ

鶏もも肉	…	1枚	片栗粉	…	適量
生姜	…	10g	揚げ油	…	適量
しょうゆ	…	大さじ3			
酒	…	大さじ3			



- ① 鶏もも肉は一口大に切り、生姜はすりおろす。
- ② 鶏もも肉に調味料と生姜を加え 30 分くらい冷蔵庫に入れて味をなじませる。
- ③ 鶏肉に片栗粉をまぶし、170 度の油で揚げる。
色づきが早いようなら温度を下げる。