

レシピ紹介

* 甘辛チキンのマヨネーズソース



* 大山どりさんより頂いた鶏肉を使用しました。
ありがとうございました。

<材料:4人分>

・鶏肉・・・240g(1切れ20g)

【下処理用調味料】

・酒・・・大さじ1 ・食塩・・・少々 ・薄力粉・・・大さじ3

【甘酢ダレ】

(鍋に入れて加熱し、片栗粉でとろみを付ける)

・酢,みりん,醤油・・・各大さじ1

・砂糖・・・大さじ1と1/2

・片栗粉・・・大さじ1/3

【マヨネーズソース】

(玉ねぎを茹でて粗熱を取ったのち、調味料を合わせる)

・玉ねぎ・・・1/2玉(粗みじん切り)

・砂糖,酢,醤油・・・各大さじ1/2

・マヨネーズ・・・大さじ3

<作り方>

- 1.鶏肉は1切れ20gに切り、酒と食塩を振り、余分な水分を出します。薄力粉をまぶしたら、油をしいたフライパンで中火で10分程焼きます。中までしっかり火を通します。
- 2.甘酢ダレをまんべんなく絡ませたら、マヨネーズソースをかけて出来上がりです。