

レシピ紹介

* 鶏肉の甘口チリソース



* 大山どり様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)
- ・酒・・・大さじ1
- ・食塩・・・少々
- ・葉ねぎ・・・30g(粗みじん切り)
- ・りんご・・・中1/2個

(半分は粗みじん切り、半分はペースト)

【たれ調味料】

- ・トマトケチャップ・・・大さじ3
- ・砂糖・・・大さじ1/2
- ・醤油・・・大さじ1
- ・食塩・・・調整しながら加える

<作り方>

1. 鶏肉は熱したフライパンに油をしき、
しっかり火を通します。
2. ソースを作ります。
鍋にねぎと少量の水を入れ加熱します。
しんなりしたら、りんごと調味料を加えます。
3. 焼いた鶏肉にかけて出来上がりです。