



【材料】 4人分

- | | |
|-----------|--------|
| ・ 鶏もも肉 | 2枚 |
| <下味> | |
| 卵 | 1個 |
| ニンニクすりおろし | 1かけ分 |
| しょうゆ | 大さじ3 |
| 砂糖 | 大さじ2 |
| ・ 酒 | 適量 |
| ・ 油 | 適量 |
| ・ 片栗粉 | 1/2カップ |

人気献立レシピ

鶏のから揚げ (ガーリック風味)



【作り
方】

- ①鶏肉は1枚を8等分に切ってボールに入れ酒大さじ2をふって混ぜる。下味の材料を加えてもみ、片栗粉1/2カップを加えてさらにもみこむ。
- ②揚げ油を170℃～180℃に熱する。
- ③鶏肉を入れて、上下を返しながらかリッとするまで4～5分揚げで



永寿台保育園で大人気の鶏のから揚げです。
とっても簡単なのでぜひトライしてみてくださいね!!

