



5/17(水) 鶏のスイートチリマヨ和え

(材料)

鶏肉

かいわれ

〔 スイートチリソース

マヨネーズ

レモン汁

片栗粉

- ① 鶏肉は細切りにして片栗粉をまぶし、茹でる。
- ② ボウルに調味料を入れて混ぜ合わせる。
- ③ ①に火が通ったら冷水にとり、ざるにあげて水気を切る。
- ④ ②に加えて和え、皿に盛ってかいわれをあしらう。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。