



3/15(金)

チョーやわらか鶏天

(加藤 奈美さん)

(材料 2 人分)

- 鶏むね肉：1 枚 (400 g 位)
- チョーコー醤油
- プレミアムドレッシングゆず：大さじ 1

(衣)

- A たまご：1 個 (50~60 g)
- 水：60ml
- B 小麦粉：60 g
- 片栗粉：30 g
- 塩：少々

(ソース)

- C たまねぎ：60 g
- チョーコー醤油
- プレミアムドレッシングゆず：30 g

- ① 鶏肉は 1 ~ 1.5 c m 幅の斜めそぎ切りにする。ビニール袋に鶏肉とドレッシングを入れてよくもみ込み、ビニール袋の口を閉じて 15 分ほど浸け込む。
- ② ボウルに A を混ぜ合わせる。その中に B を入れてさっと混ぜ合わせる。
- ③ ②のボウルに、①の鶏肉を入れてしっかり衣をつける。
- ④ 180℃に熱した油に③を入れ、片面 2~3 分、裏返して 1~2 分揚げる。
- ⑤ ④が揚げあがったら、バットまたはペーパーを敷いたザルに立てて油を切る。
- ⑥ (ソース) を作る。たまねぎは薄切りにする。ボウルに C を混ぜ合わせる。
- ⑦ 器に⑤を盛り、⑥のソースをかける。

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/>でもご覧いただけます。