

# 鶏肉のバーベキューソース



## 材料 (4人分)

鶏もも肉	320g
酒	大さじ 1/2
砂糖	大さじ 1
濃口しょうゆ	大 1・小 1
④ みりん	大さじ 1/2
すりおろしりんご	30g
おろしにんにく	1g
おろししょうが	3g
ごま油	小さじ 1/2

## 作り方

1. 鶏もも肉は、厚さが均等になるように切っておく。
2. 調味料④を合わせて、鶏肉に絡める。
3. フライパンを熱し、ごま油を敷いたら、皮目を下にして、フライパンに並べる。
4. 皮目が焼けたらひっくり返し、蓋をして弱火で火を通す。
5. 鶏肉に火が通ったら、残りの調味料を加えて、軽く煮詰める。