

鶏肉の鳴門らっきょソースかけ

材料 (4人分)

・鶏ムネ肉	240g
・酒	大さじ 1
・おろししょうが	2g
・片栗粉	大さじ 2
・揚げ油	適量
・刻みらっきょう	30g
〔濃口しょうゆ	大さじ 2
・酢	小さじ 2
・上白糖	大さじ 1
A 〔おろしにんにく	1g
・コチュジャン	1g
・ゴマ油	小さじ 1/2
・水	小さじ 2

作り方

1. 小鍋に調味料 A を入れて、よく混ぜ合わせてから火にかける。
2. ①が軽く煮立ったら、汁気を切ったらっきょうを加え、火を止めておく。
3. 鶏ムネ肉は食べやすい大きさ(一口大・削ぎ切り等)に切り、酒とおろししょうがで下味をつける。
4. ③の鶏肉に片栗粉を薄くまぶし、熱した油で揚げる。
5. 鶏肉に火が通ったら、油を切り、②のらっきょソースを絡ませる。

