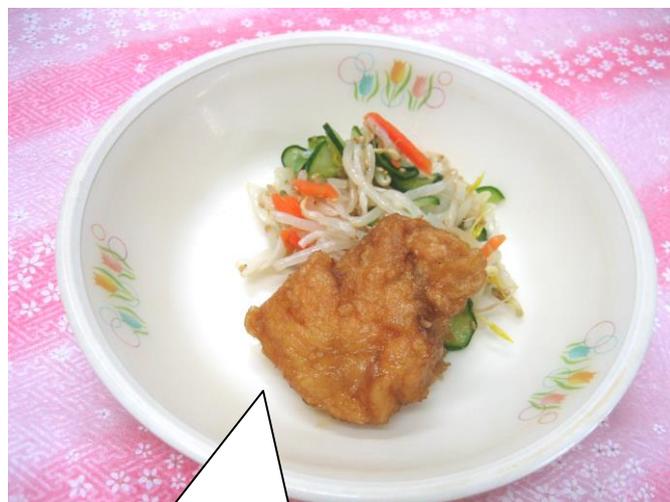


～4人分～

ピリ辛チキン

【材料】

鶏むね肉(60g)	..	4枚
塩	小さじ1/3
料理酒	小さじ1
片栗粉	大さじ3
カレー粉	小さじ1/5
揚げ油	適宜
ごま油	ごま油1/2
ショウガ	みじん大さじ1
ニンニク	みじん大さじ1/2
① 三温糖	小さじ2
② こいくち醤油	小さじ2
③ 料理酒	大さじ1
④ コチュジャン	小さじ1/2



食べたときに香るカレーの風味がとてもスパイシー！
ご飯がすすむおかずです。

【作り方】

- ① 鶏むね肉に塩、料理酒で下味をつける。
- ② ニンニクとショウガをみじん切りにする。
- ③ 温めたフライパンにごま油をひき、②を炒める。
- ④ ③に④の調味料を足し、調味液を作っておく。
- ⑤ 片栗粉とカレー粉を混ぜ合わせる。
- ⑥ ①の鶏肉に⑤をまぶし、揚げ油で揚げる。
- ⑦ 揚げた鶏肉を調味液に絡めて完成。