

ヤンニョムチキン

(4人分)

【 材 料 】

鶏肉 …… 400g

A { 塩 …… 小さじ 1/2
酒 …… 大さじ 1
三温糖 …… 小さじ 1

片栗粉 …… 大さじ 4

揚げ油

B { コチュジャン …… 小さじ 2
トマトケチャップ
…………… 70g
濃口しょうゆ …… 小さじ 4
みりん …… 大さじ 2
三温糖 …… 小さじ 2
水 …… 大さじ 2

白いりごま …… 小さじ 1

【 作り方 】

- ① 鶏肉は食べやすい大きさに切り、A の下味を付けておく。
- ② B の調味料を煮立たせ、白いりごまを加えてタレを作る。
- ③ ①に片栗粉をまぶし、170℃の油で揚げる。
- ④ ③に②のタレを絡め合わせる。

給食のヤンニョムチキンタレは少し甘めに
してあります。コチュジャンの量を調節して楽
しんでください。

