

ヤンニョムチキン

今月のおすすめ



～材 料～

(子ども4人分)

鶏肉から揚げ用	8切れ
酒	小さじ1
塩	小さじ1/4
かたくり粉	適量
ケチャップ	36g
砂糖	10g
しょう油	18g
おろしにんにく	適量
白すりごま	適量
みりん	小さじ1/2



～作り方～



- ① 鶏肉に塩と酒で下味をつけ、10分～15分漬けておく。
- ② Aの調味料を合わせて混ぜ、火にかけて水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ③ ①に片栗粉をまぶし、170℃に熱した油で揚げる。
- ④ ③に②をからめて、白ごまをふって出来上がり。

★お好みでコチュジャンを少しだけ加えると、より韓国風な

より韓国風なお味を楽しめます♪

