



鶏肉の竜田揚げ

材料名	1 人分	4人分	目安	切り方	作り方
鶏肉 もも肉	50.00 g	200.00 g			①肉を下味（しょうが、濃口しょうゆ、酒、三温糖）で漬ける。 ②肉の下味をきり、片栗粉を付けて油で揚げる。 ③Aの調味料を合わせて、火にかける。 ④沸騰したら水溶き片栗粉でとろみをつける。 ⑤肉を皿に盛りつけて、たれをかける。
しょうが	0.60 g	2.40 g		みじん	
濃口しょうゆ	2.80 g	11.20 g	小さじ2		
清酒	1.00 g	4.00 g	小さじ1		
三温糖	0.10 g	0.40 g			
片栗粉			適量		
揚げ油			適量		
しょうが	0.60 g	2.40 g		みじん	
三温糖	2.00 g	8.00 g	大さじ1	A	
穀物酢	0.60 g	2.40 g	小さじ1/2		
濃口しょうゆ	1.50 g	6.00 g	小さじ1		
水	7.50 g	30.00 g	大さじ2		
片栗粉	0.40 g	1.60 g		水溶き 片栗粉	
水	0.80 g	3.20 g			
○ポイント					
・市販の唐揚げのアレンジとして、ソースをかけるのも おいしそうですね！					