



鶏肉のゆず香り揚げ

材料名	1人分	4人分	目安	切り方	作り方
鶏もも肉	50.0 g	200.0 g	一口大		①鶏肉を生姜、にんにく、しょうゆで下味をつけ、30分くらい冷蔵庫で保管しておく。 ②①の鶏肉の余分な調味液を落とし、小麦粉と片栗粉をまぶして、油で揚げる。 ③Aの調味料を加熱する。 ④②と③を合わせて、完成。
しょうが	0.7 g	2.8 g	1片	みじん切り	
にんにく	0.6 g	2.4 g	1片	みじん切り	
しょうゆ	3.8 g	15.2 g	大さじ1		
片栗粉			適量		
小麦粉			適量		
揚げ油			適量		
ゆず果汁	1.0 g	4.0 g		A	
薄口しょうゆ	3.0 g	12.0 g	大さじ1		
本みりん	1.5 g	6.0 g	小さじ1		
水	5.0 g	20.0 g	大さじ1		
○ポイント					
<ul style="list-style-type: none">・令和7年度 戸二小給食献立コンクールで選ばれた料理です。・埼玉県産の柚子を使った一品です。肉だけでなく、魚にもよく合うタレです。お好みで変えてみてください。					

