

油淋鶏

たっぷりねぎの鶏料理

ジャンル

中華

油淋鶏

材料

鶏胸肉
【下味】
食塩
胡椒
薄力粉
【衣種】
薄力粉
水

長ネギ
【付け合せ】
レタス
トマト

油淋鶏のたれ N S
サラダ油

作り方

【準備】

1. 鶏胸肉は食塩、胡椒をふり、薄力粉をまぶし、【下味】をつける。
2. 長ネギはみじん切りにする。
3. レタスは適当な大きさにちぎる。

【調理】

1. ボウルに薄力粉と水を入れ混ぜ合わせて、【衣種】を作り、【準備】1の鶏胸肉をくぐらせて衣を付ける。
2. 1を170℃のフライヤーで揚げる。
3. 2を皿に盛り、油淋鶏のたれRをかけて、長ネギをのせる。
【付け合せ】のレタス、ミニトマトを添えて完成。

《調理時における特記事項》

当レシピではより油淋鶏のたれRがより絡むように【衣種】を付けましたが、片栗粉だけをまぶすだけでもOKです。

《提供時における特記事項》

鶏胸肉は鶏モモ肉でもOK、お好みで仕上げてください。

調理時間

1
分

分量

1
人分

製品番号・製品名



季節

商品部類

中華たれ

33376油淋鶏のたれ N S