



鶏の唐揚げ

<材料(4人分)>

鶏肉	200g	片栗粉	適量
にんにく	少々	揚げ油	適量
しょうが	少々		
A	塩	少々	
	こしょう	少々	
	酒	小さじ1/2	
	濃口しょうゆ	小さじ1強	

<作り方>

- ① 鶏肉は食べやすい大きさに切る。
- ② にんにく、しょうがはすりおろす。
- ③ 鶏肉に、②、Aを加えてもみこむ。
- ④ 下味をつけた鶏肉に片栗粉をつけて、余分な粉は落として、油で揚げる。(175°C、約4分)

給食では基本の唐揚げの他に、色々な味の唐揚げが登場します。

塩こしょうをふった鶏肉に片栗粉を漬けて揚げ、タレにからめます。

★鶏肉のレモンしょうゆ漬け=しょうゆ+砂糖+レモン汁

★鶏肉の揚げ漬け=すりおろししょうが+砂糖+しょうゆ+酢

★鶏肉のレモンチリソース

=ケチャップ+レモン果汁+砂糖+しょうゆ+トウバンジヤン