

鶏肉のレモン炒め



<材料(4人分)>

鶏肉 160g
にんじん 40g
玉ねぎ 80g
キャベツ 100g
油 適量

塩 少々
こしょう 少々
酒 少々

A [濃口しょうゆ 小さじ1と1/2
レモン汁 小さじ1/2

<作り方>

- ① 鶏肉は一口大に切る。
- ② にんじんは5mmの短冊切り、玉ねぎは薄切り、キャベツは2cmのざく切りにする。
- ③ フライパンに油をひき、鶏肉、塩、こしょう、酒を入れて炒める。
- ④ にんじん、玉ねぎを加えてさらに炒める。
- ⑤ キャベツを加えて軽く炒め、Aを加える。