

# ヤンニョムチキンレシピ

給食のレシピをご家庭用にアレンジしたものです。

## 【材料(1人分)】

- ・とり肉 一口サイズ
- ・料理酒 1g
- ・土しょうが 0.8g
- ・片栗粉 10g

- ・揚げ油 適量

- ・コチュジャン 2g
  - ・ケチャップ 4g
  - ・さとう 1g
  - ・みりん 3g
  - ・しょうゆ 3g
- } A

- ・ごま 適量



## 【作り方】

- ① とり肉に料理酒、しょうがで下味をつける。片栗粉をまぶす。
- ② 小鍋に、Aを入れて熱し、たれを作る。
- ③ 揚げ油を180℃に温め、とり肉を揚げる。
- ④ 揚げたボウルに、とり肉を入れ、②のたれとごまをかけて和える。