

鶏肉の梅風味焼き

<材料:4人分>

鶏もも肉	400g
小麦粉	適量
油	適量
砂糖	小さじ2
しょうゆ	小さじ2
みりん	小さじ2
酒	小さじ1/2
梅肉チューブ	小さじ1
大葉	2枚

☆

<<作り方>>

- ①鶏もも肉は、一口大に切り小麦粉をまぶしておく。
- ②大葉を千切りにする。
- ③ボールに☆を入れ、混ぜ合わせておく。
- ④フライパンに油を入れ熱し、鶏もも肉を皮を下にして焼き、焼き色がついたなら裏返して焼く(ふたをする)。
- ⑤火が通ったら、☆を流し入れ、からめながら焼いたら出来上がり！！

