

鶏の黄金焼き

材料(4人前)

鶏もも肉	8切れ
卵	1個
片栗粉	100グラム
オリーブ油	適量
きび砂糖	小さじ1
みりん	大さじ1
料理酒	小さじ1
こいくちしょうゆ	大さじ1
水	大さじ2

- ① 鶏もも肉に溶いた卵を絡め、片栗粉をまぶす。
- ② フライパンにオリーブ油を敷き、鶏肉を焼く。
- ③ きび砂糖・みりん・料理酒・こいくちしょうゆ・水を手鍋に入れ、火にかける。
- ④ ③に②の鶏肉を絡め、フライパンで焼いたら完成♪