

食材2つだけ!

鶏むね肉

×

玉ねぎ



調理時間

15分

お弁当のおかずやおつまみに!

## 鶏と玉ねぎの落としあげ

材料 (2人分)

鶏むね肉 …………… 1/2枚

玉ねぎ …………… 1/3個

○しょうゆ …………… 大さじ1

○酒 …………… 小さじ2

○しょうがチューブ …………… 1cm

○片栗粉 …………… 大さじ1

サラダ油 …………… 適量

### 1 材料を切る

玉ねぎを粗みじん切りにする。鶏肉は包丁でざく切りにする。鶏肉と玉ねぎ、○をボウルに入れてスプーンでよく混ぜる。

### 2 揚げる

サラダ油を170℃に熱し、1をスプーンですくって落とす。きつね色に色づくまで揚げる。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索