

食材2つだけ!

新生姜

×

鶏ひき肉



調理時間

15分

生姜の風味で食欲アップ!

新生姜入り鶏つくね

材料 (2人分)

鶏ひき肉…………… 250g

新生姜…………… 2片

○片栗粉…………… 大さじ1と1/2

○酒…………… 大さじ1

○鶏ガラスープの素… 小さじ1

○塩・こしょう…………… 少々

ごま油…………… 大さじ1

1 材料を切る

新生姜はみじん切りにする。

2 タネを作る

ボウルにひき肉と○を入れて、しっかり粘りが出るまで練る。1を加えて全体に混ぜる。濡らした手で8等分して小判型にする。

3 焼く

フライパンにごま油を入れて中火にかけ、2を両面焼き色がつくまで焼く(目安片面2分)。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索