

給食レシピ紹介

リクエストメニューの定番！
米粉と片栗粉をまぶして揚げることで、カリッとした食感になります。



料理名		鶏唐揚げ	
			
材料	5人分	作り方	
鶏もも肉切り身	30g × 15コ	①	鶏肉に(★)の下味をつけて、20分位おく。
★醤油	大さじ1	②	米粉と片栗粉を同量混ぜておく。
★酒	大さじ1	③	汁を切り、粉をまぶす。(余分な粉は落とす)
★生姜(おろす)	1片	④	170℃の油で、6～7分揚げる。
★にんにく(おろす)	1/2片		
米粉	適量		
片栗粉	適量		
揚げ油			