

給食のレシピを紹介

## 鶏肉のごまみそ焼き



4人分 (大人2人・子ども2人分)

### 《材料》

- |        |          |        |          |
|--------|----------|--------|----------|
| • 鶏もも肉 | 300g     | • みりん  | 小さじ1     |
| • みそ   | 小さじ1と1/2 | • 砂糖   | 小さじ1と1/2 |
| • しょうゆ | 小さじ1/2   | • すりごま | 大さじ1と1/2 |

### 《作り方》

1. 鶏肉を一口サイズに切る。
2. ごまと調味料を合わせて鶏肉にからめる。
3. 油をひき2を焼く。