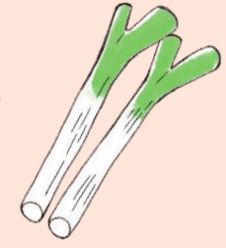


鶏肉の香味焼き



◎材料(4人分)

- 鶏もも肉…300g
- 長ねぎ…1/2本
- しょうがチューブ…4cm
- にんにくチューブ…1cm
- 醤油…大さじ1
- ごま油…小さじ1
- 油…適量

} A

◎作り方

- ①長ねぎはみじん切りにします。
ボールにAを合わせます。
- ②①に鶏もも肉を入れ混ぜて、1時間冷蔵庫でつけます。
- ③油を熱したフライパンでお肉に火が通るまで加熱したら出来上がりです。

