



## 鶏肉の甘だれがけ（大人2人・子ども2人分）

### <材料>

鶏肉 200g おろししょうが 少々 しょうゆ 少々

片栗粉 22g 揚げ油 適量 砂糖 小さじ1

しょうゆ 小さじ1 みりん・酒 少々 水 大さじ1 ごま 3g

### <作り方>

- ①食べやすく切った鶏肉をおろししょうがとしょうゆに混ぜます。
- ②片栗粉をまんべんなくまぶして油で揚げます。
- ③調味料を煮てたれを作り、その中にいりごまを入れます。
- ④大きな鍋に揚げた鶏肉を入れたれをうえからかけて混ぜます。