

つくってみませんか？

お弁当にも♪



<てりやきチキン>

材料(4人分)

鶏もも(平らにひらく)	…	50g×4切れ
○おろししょうが	…	小さじ1
○しょうゆ	…	大さじ2/3
○みりん	…	大さじ2/3
○酒	…	小さじ1

作り方

- ① ○の調味料を合わせた中に、鶏肉を入れて漬け込んでおく。
- ② オーブンで焼く(200℃ 15分位)
※フライパンで焼いてもOK！

