

つくってみませんか？

安中銘菓「いそべせんべい」を衣にしました

<クリスピーいそせんチキン>

材料(4人分)

鶏むね肉皮なし(開いて厚さ均等に)	50g×4こ
にんにく(みじん)	… 1/2片(2g)
しょうが(みじん)	… 1/2片(7g)
しょうゆ	… 大さじ1/2
マヨネーズ	… 30g
磯部せんべい(細かく砕く)	… 35g



作り方

- ① 磯部せんべいはコーンフレーク位の大きさにくだく。
鶏肉は、にんにく、しょうが、しょうゆで下味をつけておく。
- ② 鶏肉にマヨネーズをからめて、磯部せんべいをぜんたいにつける
- ③ オーブン220℃で焼く♪

