


つくってみませんか？

シンプルイズベスト 



<鶏の照り焼き>

材料(4人分)

- 鶏もも皮つき(開いて厚さ均一にする) … 50g×4切れ
- しょうが(みじん) … 1.6g
- しょうゆ … 大さじ1/2(8g)
- みりん … 大さじ1/3(6g)
- 酒 … 小さじ1

作り方

- ① 鶏肉に○の調味料で下味をつけて冷蔵庫で30分位ねかせる。
- ② オーブンで焼く(200℃ 15分位)

