

油淋鶏(ユーリンチー)

(材 料) 4 人分

鶏もも肉		50g×4切
A	酒	 小さじ1
	しょうゆ	 小さじ1
	こしょう	 少々
	片栗粉	 適量
	揚げ油	 適量
B	しょうが	 1g
	白ねぎ	 10g
	さとう	 小さじ2
	しょうゆ	 大さじ1.5
	酢	 大さじ1.5
	ごま油	 小さじ2

《作り方》

- ① 鶏肉に A で下味をつけておく。
- ② しょうが、白ねぎはみじん切りにする。
- ③ 片栗粉をまぶし、180℃の油で揚げる。
- ④ B の材料でたれを作る。鍋にごま油を熱し、しょうが、白ねぎを炒め、さとう、しょうゆ、酢を加える。
- ⑤ ③に④のたれをかける。

鶏のからあげに、甘すっぱい
ねぎソースをかけた、中国の広
東(カントン)料理です。子ど
もたちにも大人気です。



もりもりたべるくん

大竹市給食センター