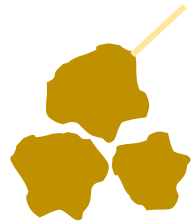


うまい揚げ物なら

塩麴の唐揚げ



Shiokouji-karaage

揚げる | 献立

材料(4人分)

鶏むね肉

2枚(約700g)

塩麴

20g

片栗粉

大さじ7〜8杯

レモン

適宜

揚げ油

適量

塩

小さじ1

おろししょうが

大さじ1

ごま油

大さじ1

酒

大さじ1

こしょう

少々

①

作り方

- 1 鶏むね肉を食べやすい大きさに切り、塩麴をまぶし、冷蔵庫で一晩置いておく。
- 2 ①にAを加え、よく混ぜ合わせたら15分ほど味をなじませる。
- 3 ②に片栗粉を加え、鶏肉全体にからませる。
- 4 揚げ油を170℃に熱し、鶏肉をからりと揚げ、レモンを絞っていただく。

撮影料理: スタイル・クニエ / 構成: Naoki Onishi