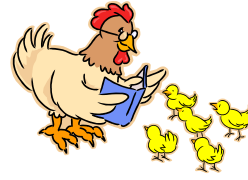


ジャージャー鶏の梅肉味



【鍋】 ソースパン

【材料】 とりもも肉 1枚
ピーマン 2個
片栗粉 大2
梅干し 2個
酒 大1
塩 少々
胡椒 少々

【作り方】

① とりもも肉を一口大に切り、塩胡椒、片栗粉をまぶす



- ② 鶏肉の皮を下にして油（大1/2）を入れて焼く
- ③ 梅干し・酒をカッターで混ぜる
- ④ ピーマンを乱切りにして、②に加え、軽く焼く
- ⑤ ④に③を入れて混ぜ合わせたら出来上がり

