

若鶏のレモンソース

鶏もも肉1枚 (280g~300g)

酒 大1/2 }
みりん 小1 } ①
しょう油 小1 }

小麦粉 } 適量で半々
でん粉 }

りんご酢 大1 }
うす口しょう油 大2 } ②
三温糖 大1 }
レモン汁 大1 }
(生レモン1個分くらい)

(作り方)

鶏肉は一口大に切って下味①に漬け込む
(1時間以上漬けて下さい)
小麦粉とでん粉を合わせたものにまぶして
油で色よく揚げる。

次に②の材料を煮立たせレモンソースを作る
(レモンは生でなくしぼり果汁等でもOKです)

揚げたての鶏肉にレモンソースをまぶして
出来上がりです。
※鶏肉のかわりに白身魚などでもおいしく
できますよ。

