



「鶏肉のごまみそあえの作り方を教えてください!」と、リクエストがありましたので紹介します。

## 鶏肉のごまみそあえ (5人分)

### 〔材料〕

鶏もも肉 . . . . 350g . . . . ごま  
塩 . . . . 小さじ1/5  
酒 . . . . 小さじ1  
片栗粉 . . . . 60g  
揚げ油 . . . . 適量

A { 赤みそ . . . . 大さじ1と1/2  
三温糖 . . . . 大さじ2 . . . . 上白糖でもよい  
みりん . . . . 小さじ2  
ごま . . . . 10g  
水 . . . . 大さじ2強

### 〔作り方〕

- 1 鶏肉は塩と酒で下味をつける。
- 2 1に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
- 3 Aの調味料を鍋に入れ、加熱して混ぜ合わせる。
- 4 2の鶏肉を3の調味料と合わせて仕上げる。

