

スパイシーガリバタチキン

使用商品 タバスコ®ブランド' スパイシーしょうゆPlus



調理時間
(目安) 20分

料理特徴

みんな大好きガリバタチキン！
やみつきになるピリ辛味でご飯が止まりません。

材料 1 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
鶏もも肉	200g	<付け合わせ>	
塩・胡椒	適量	ポテトサラダ	適量
スパイシー醤油Plus	大さじ1	クレソン	適量
にんにく(すりおろし)	小さじ1/2	ミニトマト	適量
ガーリックチップ	適量		
バター	5g		

作り方

- ①鶏もも肉は厚い部分を切って開き、厚さを均一にして塩・胡椒をふる。
- ②フライパンを熱し、①の皮目を下にして強火で焼く。焼き色が付いたら裏返して、弱火で5分程度焼く。
- ③火が通ったら、スパイシー醤油Plus・にんにくを入れて絡める。
- ④皿に③・ガーリックチップ・バターを盛り付け、<付け合わせ>を添えたら出来上がり。