

揚げ鶏と茄子の南蛮漬け



材料 2 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
鶏もも肉	200g	＜調味液＞	
塩胡椒	少々	にごり醤油	50ml
酒	小さじ2	酢	40ml
片栗粉	適量	だし汁	30ml
茄子	1個	砂糖	15g
玉ねぎ	30g	針生姜	10g
人参	30g		
揚げ油	適量		

作り方

- ①鶏もも肉は食べやすい大きさに切って塩胡椒・酒で下味をつけ、片栗粉をまぶして油で揚げる。
- ②茄子は乱切りにして火が通るまで素揚げする。玉ねぎは薄切り、人参は千切りにしてさっと数秒素揚げする。
- ③鍋に＜調味液＞を合わせてひと煮立ちさせ、火を止めたら①・②を10分程度漬け込む。器に盛り付けて出来上がり。

にごり醤油

独特の濁りととろみを持ち、濃厚感と旨味・コクのある醤油です。超特撰クラスの醤油と同等の窒素分を含み、料理に深みを持たせることができます。