

ガイヤーン



材料 4 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
鶏手羽先	8本		
＜A＞			
パクチー	5g		
ナンプラー	大さじ1		
砂糖	大さじ2		
にんにくすりおろし	5g		
黒コショウ	少々		
レタス	1枚		
ミニトマト	2個		
チリソース	適宜		

料理特徴

タイの焼鳥「ガイヤーン」。タイの本格的な味を出すにはタイのナンプラーの出番です。

作り方

- ①鶏手羽先は皮目に切り込みを入れる。
- ②パクチーはやや粗目に切り、他の＜A＞の材料とともにボウルに合わせ①に揉み込む。冷蔵庫で1時間以上おく。
- ③オーブンを220℃に熱し、②の鶏手羽先を並べて12分程焼く。
- ④器にレタス・ミニトマトを飾り、③を盛り付け、チリソースを添えて出来上がり。