

鶏の照り焼き



材料 1 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
鶏もも肉	300g		
<調味液>			
正田なましょうゆ柔	大さじ1.5		
砂糖	大さじ1.5		
みりん	小さじ2		
酒	小さじ2		
リーフレタス	適量		

料理特徴

正田なましょうゆ柔で漬込むことで、お肉がしっとりジューシーに仕上げる事が出来ます。

作り方

- ①鶏もも肉は厚みを均一にする(厚い部分は切る)。
- ②ボウルに①と<調味液>を入れて全体が漬かるようにラップをし、冷蔵庫で一晩漬け込む。
- ③フライパンを熱し、皮目を下にして鶏肉を焼く。焼き色がついたら上下を返し両面を焼く。
- ④出てきた脂をふき取り、残った調味液を加えて煮絡めながら肉に火を通す。
- ⑤とろみがつくまで煮詰めたら食べやすい大きさに切り、リーフレタスと共に皿に盛り付け出来上がり。