

● 大人気！ とりにくのレモン煮

レシピコメント

子供たちから大人気のレモン煮です。
もともとは、鶏肉のから揚げをレモンソースで煮て作っていたので、「レモン煮」という名前になりました。
今は、揚げたてのから揚げにレモンソースをかけています。



材料(4人分)

※じゃがいも中1個 約150g

にんじん中1個 約150g

玉ねぎ中1個 約200g

鶏もも肉	...	250 g
塩	...	0.5 g
酒	...	5 g
かたくり粉	...	15 g
揚げ油	...	適量
A 砂糖	...	10 g
しょうゆ	...	20 g
みりん	...	10 g
レモン汁	...	15 g
水	...	15 g

作り方

- 1 鶏もも肉を食べやすい大きさに切る。
- 2 鶏もも肉に酒・塩で下味をつける。
- 3 片栗粉をまぶしておく。
- 4 レモンソースをつくる。
鍋にAを入れ、ひと煮立ちさせる。
- 5 から揚げを作る。
鍋で油を熱し、180℃の油で揚げる。
- 6 熱いうちにレモンソースをかける。