

時短 鶏肉の照り焼き

★材料(約4人分)

鶏もも肉 2枚分

濃口醤油 70g みりん 140g

日本酒 30g 片栗粉適量 サラダ油 30g



★作り方

- ①鶏肉を20g位にカットして、から揚げの時の様に片栗粉をまぶす。
- ②濃口醤油、みりん、日本酒を合わせる。
- ③フライパンにサラダ油を入れ、火をつけ①を入れ両面焼き色をつける。
- ④③に②を入れとろみと艶が出るまで煮詰める。

★ポイント

鶏肉はカットするのが手間ならから揚げ用にカットしてくれている物を購入すると手間が省け、大パックを買って、から揚げと照り焼きに分けて使うと2日分の晩御飯になりますよ。

このレシピの決め手は煮汁の煮詰め加減でなので何度か味見しながら好みの所で止めること。

味を濃くなるまで煮詰めて、半熟目玉焼きと共に丼にしてもGOOD!

また片栗粉を付ける前にカレー粉や生姜をまぶしてもおいしいですよ!