さっぱりとして食べやすい！

鶏肉のレモン煮 《４人分》

＜材料＞

鶏もも肉	50ｇで４切れ
（から揚げサイズ２５ｇなら８切れ）	
酒	大さじ１
塩	少々
片栗粉	適宜
揚げ油	適量

A

砂糖	大さじ２
しょうゆ	大さじ１
レモン汁	小さじ１／２
水	大さじ１と１／３

＜作り方＞

① 鶏もも肉に酒と塩で下味をつけ，冷蔵庫で３０分寝かせる。

② ソースをつくる。
　Ａの調味料を全てあわせ，鍋でひと煮立ちさせる。

③ ①に片栗粉をまぶし，１７５℃の油で５分揚げる。

④ 揚げたての熱いうちにソースをかけて完成。

★★★ポイント★★★

★甘酸っぱいレモンソースが食欲をそそり，さっぱりとしているので，暑い季節にも食べやすい一品です。

★冷めてもおいしいので，お弁当のおかずにもおすすめです。

★鶏肉以外にも，白身魚などにかけてもおいしいです。