

大鶏排（ダージーパイ）



<材料：2～3人分>

鶏むね肉 2枚

★合わせ調味料

おろしにんにく 大さじ1

おろし生姜 大さじ1

醤油 大さじ2 ※今回は『いわて健民しょうゆ』を使用

酒 大さじ1

きび砂糖 大さじ1/2

五香粉 小さじ1/2

上新粉 大さじ4

片栗粉 大さじ4

揚げ油 適量

<作り方>

① 鶏肉は真ん中から切り込みを入れて開き、さらに包丁の背で8mmくらいの薄さになるまで叩き伸ばし、半分に切る

* 鶏肉は食べやすいサイズにカットしてもOK

② ボウルに★調味料の全てを入れてよく混ぜ合わせ、①の鶏肉を漬け込んでおく

* 漬け込み時間の目安：30分以上

③ 上新粉と片栗粉を混ぜ合わせたものに②の鶏肉をしっかりつけて、180度の油で揚げる

* 鶏肉が薄いので揚げ油は少なめでOK

◇いわて食材が買える「いわて銀河プラザ Online Store」はこちら <https://ginpura.raku-uru.jp/>