鶏から揚げ

鶏から揚げは、子供から大人まで、また、おやつに酒のつまみにと、人気のあるおかずです。

～材料（4人分）～

鶏もも肉 2枚（600ｇくらい）

醤油 大さじ2

酒 大さじ1

白だし 大さじ2

にんにく 1かけ

しょうが 1かけ

塩 小さじ1/2

片栗粉 1カップ

～作り方～

鶏もも肉は一口大に切ります。

にんにくとしょうがをすりおろします。

鶏もも肉と片栗粉以外の材料を混ぜ合わせます。

合わせた調味料に切った鶏もも肉を30分ほどつけます。

軽く調味料をきり、片栗粉を付けて約160度の油で5分ほど揚げます。

油の温度を180度にし、約1分間揚げます。

お好みでレモンなどを添えます。

ポイント

一度160度であげた鶏もも肉をもう一度180度の油であげることで中まで火がとおり、表面はカリッと仕上げることができます。