

「ソースからあげ」



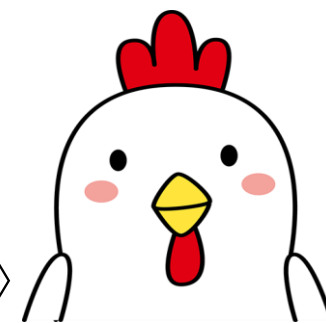
ソース味のタレをつけた鶏のから揚げです。

《作りやすい分量》

- ・鶏肉・・・300g
- ・揚げ粉(でんぷん)・・・適宜
- ・揚げ油 適宜

〈ソースたれ：材料を合わせて加熱する〉

- ・おろししょうが・・・10g
- ・料理酒・・・小さじ2
- ・砂糖・・・10g
- ・ウスターソース・・・10g
- ・しょうゆ・・・小さじ1
- ・塩・・・少々



給食室での調理風景



*粉をつけた鶏肉を揚げて、ソースたれにからめる。