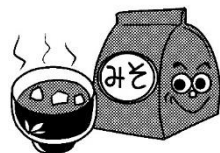




岡谷味噌
OKAYA MISO

岡谷味噌シビ

～毎月30日は 岡谷味噌のヒ～



かりかりチキンみそマヨソース

《材料 4人分》

鶏肉（ひと口大）…300 g

酒……………小さじ1

塩……………ひとつまみ

片栗粉……………大さじ3

米粉……………大さじ1

（米粉がなければ片栗粉だけでOKです）

揚げ油……………適量

★味噌マヨソース

味噌……………小さじ2（12 g）

マヨネーズ……………大さじ2（24 g）

砂糖……………小さじ1（3 g）

酢……………小さじ1（5 g）

① 肉に下味をつける

鶏肉をひと口大に切り、酒・塩を振っておく。

② 揚げる

片栗粉・米粉を混ぜて鶏肉にまぶし、170℃の揚げ油でカラッとするまで揚げる。

③ 味付け

★味噌マヨソースの調味料を混ぜ、揚げた鶏肉をからめ、できあがり。