

鶏肉の黒蜜がらめ

<材料> 子ども 4人分

鶏もも肉 4切れ
塩 ひとつまみ
酒 小さじ1
油 適量

A [黒砂糖 小さじ1
みそ 小さじ1/2
水 大さじ1
みりん 小さじ1
しょうゆ 小さじ1/2

B [片栗粉 小さじ1/2
水 小さじ1

(作り方)

- ① 鶏肉に酒と塩をふる。
- ② フライパンに油をひき、鶏肉に火が通るまで焼く。
- ③ Aを鍋に入れ、火にかけて黒砂糖を溶かす。
- ④ ③にBの水溶き片栗粉を入れ、とろみをつける。
- ⑤ 鶏肉に④の黒蜜だれをからめる。