

里芋と鶏肉のはちみそ和え



<材料> 子ども4人分

鶏ももこま切れ	100g
酒	小さじ1
塩	少量
片栗粉	小さじ1と1/2
揚げ油	適量
里芋	中3個(約120g)
片栗粉	小さじ1と1/2
揚げ油	適量
人参	1/5本(約40g)
みそ	小さじ3と1/2
はちみつ	小さじ1
酒	小さじ1
みりん	小さじ1と1/2

A

(作り方)

- ① 里芋は皮をむき適当な大きさに切る。
- ② 人参は乱切りにし茹でておく。
- ③ ①に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
鶏肉は酒と塩で下味をつけ、片栗粉をまぶし油で揚げる。
- ④ 鍋にAの調味料を入れ加熱し、②と③を和える。