



学校給食レシピ

カナダ



鶏肉のメープルグリル

カナダはメープルシロップの生産が盛んな国です。パンケーキなどにかけるだけでなく、料理にも使われています。

材料（4人分）

- | | |
|------------|--------|
| ・鶏もも肉 | 4切れ |
| ・にんにく（おろし） | 小さじ1 |
| ・白ワイン | 小さじ1 |
| ・こしょう | 少々 |
| ・マヨネーズ | 小さじ4 |
| ・メープルシロップ | 小さじ1 |
| ・こいくちしょうゆ | 小さじ1/3 |
| ・粒入りマスタード | 小さじ1 |
| ・レモン汁 | 少々 |

作り方

- ① ポリ袋に材料を全て入れて、30分程度漬け込む。
- ② フライパンを熱し、焼く。

※ 給食では、卵不使用のマヨネーズタイプドレッシングを使用しています。