



学校給食レシピ



鶏肉のゆずみそかけ

材料（4人分）

- ・鶏もも肉 4切
- ・酒 小さじ1
- ・しょうが(おろし) 2g
- | | | |
|---|------|----------|
| A | ・白みそ | 小さじ2 |
| | ・赤みそ | 小さじ1/2 |
| | ・上白糖 | 大さじ1弱 |
| | ・みりん | 小さじ1・1/3 |
| | ・片栗粉 | 小さじ1/4 |
| | ・水 | 15~20g |
- ・ゆず酢 小さじ1・1/3

・付け合わせ（お好みで）

作り方

- ① 鶏もも肉に酒、しょうがで下味をつけ、焼く。
- ② Aを合わせて電子レンジで加熱する。
(500W: 20秒程度)
水はとろみを見ながら足しても良い。
- ③ ②にゆず酢を加えて混ぜる。
- ④ ①にたれをかけて完成。

※酸味が苦手な方はゆず酢を②に入れて加熱してください。

※付け合わせ（ブロッコリー）…さっと塩ゆでする。