

鶏肉となすのみそがらめ

(材料 4人分)

	・鶏肉	160g
A	・おろししょうが	小さじ1/2
	・酒	小さじ1
	・片栗粉	大さじ3
	・なす	中1本
	・揚げ油	適量
B	・赤みそ	大さじ2
	・水	適量
	・砂糖	大さじ2
	・みりん	大さじ2



(作り方)

- ① なすはヘタを取り一口大の乱切りにし、水にさらす。
- ② 鶏肉は2cmの角切りにし、Aで下味をつける。
- ③ ①の水気をふき取り、180℃の油で素揚げにする。
- ④ ②に片栗粉をまぶし、180℃の油で揚げる。
- ⑤ 赤みそは水で溶き、鍋に赤みそ、砂糖、みりんを入れて火にかけ、みそだれを作る。
- ⑥ ⑤に③と④を加えてからめたら完成！