

クッキングレシピ

料理名

ひまわりきな粉唐揚げ



材料

4人分

鶏もも肉	2枚
塩コショウ	少々
もち大豆きな粉	15g
赤パプリカ	1/4個
黄パプリカ	1/4個
ひまわりドレッシング	大さじ2

作り方

調理時間

約15分

1. 鶏肉をひと口大に切って、塩コショウで軽く下味をつけ、きな粉をつける。
2. 180℃に油を熱し、薄いきつね色になり中に火が通るまで5分程度揚げる。
3. パプリカをみじん切りか薄くスライスし、ひまわりドレッシングと混ぜ合わせておく。
4. 揚げた唐揚げを、ひまわりドレッシングの付けダレと絡めて出来上がり。