

給食レシピ♥鶏肉のからあげ



材料（4人分）

- ・鶏もも肉（30g）…8個
- ・にんにく …1かけ
- ・食塩 …少々
- ・こしょう …少々
- ・片栗粉 …適量
- ・揚げ油 …適量

作り方

- ①鶏もも肉に、にんにく、塩こしょうで下味をつける。
- ②①に片栗粉をまぶし、180℃の油で揚げてできあがり。

給食レシピ♥鶏肉のからあげ



材料（4人分）

- ・鶏もも肉（30g）…8個
- ・にんにく …1かけ
- ・食塩 ……少々
- ・こしょう …少々
- ・片栗粉 ……適量
- ・揚げ油 ……適量

作り方

- ①鶏もも肉に、にんにく、塩こしょうで下味をつける。
- ②①に片栗粉をまぶし、180℃の油で揚げてできあがり。