

【芝の浦特製 若鶏のから揚げ】

一人当たり分量は、小学3、4年生の提供量

材料	分量(4人分)
鶏もも肉(皮付・1枚40g)	4枚
<調味液>	
しょうが(すりおろし)	1g
にんにく(すりおろし)	0.3g
醤油	小さじ1
酒	小さじ1
鶏卵(Mサイズ)	1/10個
<衣・揚げ油>	
片栗粉	40g
揚げ油	適量
<ふり塩>	
塩	少々



学校で提供した
芝の浦特製 若鶏のから揚げ

【参考】作りやすい調味液の分量

しょうが(すりおろし)	10g
にんにく(すりおろし)	3g
醤油	45ml
酒	45ml
鶏卵(Mサイズ)	1個

ご家庭で作るときは、
この配合を参考にして
ご利用ください。

【作り方】

- ①調味液の調味料を合せ、卵を割り入れたら箸で軽くほぐす。【写真A】
- ②①に鶏肉を入れて揉み込み、5分置く。
- ③②に片栗粉をまんべんなく付け、180℃の油で6～7分程度揚げる。【写真B、C】
- ④③に振り塩をする。



【写真A】調味料を合せ、卵を割り入れる。卵は、箸で数回、軽くほぐす程度でよい。



【写真B】フライパンに揚げ油を2cm程度入れて温め、鶏肉の全面に油があたるよう、間隔を開けて揚げる。カリッとした食感になる。



【写真C】きつね色になるまでじっくり揚げる。繰り返し揚げる時は、油の中に落ちた片栗粉を丁寧につくい取る。