

鶏のカレー揚げ



この日の給食の 組み合わせ

ごはん
厚揚げのみそ汁
鶏のカレー揚げ
牛乳



材料（4人分）

	鶏もも肉	300g
	塩	少々
	酒	小さじ2
A	おろししょうが	小さじ1
	こいくちしょうゆ	大さじ1
	カレー粉	小さじ2
B	でんぷん	大さじ3
	小麦粉	大さじ1
	揚げ油	適量

作り方

- ①鶏肉を食べやすい大きさに切っておく。
- ②Aの調味料をまぜておき、肉を漬け込む。（30分程度）
- ③下味をつけた肉にBの粉をまぶす。
- ④170℃程度の油で5～6分くらい揚げる。

コメント

子どもたちに人気のからあげを、カレー味にアレンジしました。下味にしっかり漬け込むことがポイントです。

下味にカレー粉としょうゆが入っています。焦げないように、低い温度で揚げてください。また、ビニール袋にAの調味料と肉を入れて漬け込むと、味がしみ込みやすいです。

