


長州鶏の南蛮漬け

材 料 [6 人分]	鶏もも肉 600g つゆ自慢 2 倍(下味) 大さじ 3 玉ねぎ 1/2 個 パプリカ(黄) 1/2 個 パプリカ(赤) 1/2 個 ピーマン 1/2 個 片栗粉 適宜 揚げ油 適宜 〈漬けたれ〉 赤いぼんず 1 本(150ml) つゆ自慢 2 倍 60ml(大さじ 3 強)	
作 り 方	<ol style="list-style-type: none">1. 鶏肉は余分な脂を除き、一口大に切って下味をもみこんでおく。2. たまねぎは薄切りにし、15 分程度水にさらしてからザルにあげて水気をよく絞っておく。ピーマン・パプリカも薄切りにする。3. ボウル漬けたれの調味料を合わせ、2を加えておく。4. 揚げ油を熱し、片栗粉をまぶした鶏肉をこんがり揚げろ。 ※鶏肉につける片栗粉は揚げる直前にまぶす。5. 漬けたれに入れてざっと混ぜ、器に盛りつける。 ※鶏肉は揚げたての熱いうちに漬けたれにつけると味がよくしみ込む。	