



おいしく・健康的に 食べよう
Kitchen Smile
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



当社自慢の品「玉ねぎドレッシング」を使った
玉ねぎドレッシングで簡単からあげ



一人あたりのエネルギー 358kcal	食塩相当量 2.1g	調理時間 約15分 <small>*漬け込む時間は除く</small>
-------------------------------	----------------------	--

この表示値は目安です

■材料 (2人分)

当社自慢の品 玉ねぎドレッシング 大さじ4
鶏もも肉 1枚
片栗粉 大さじ3
こしょう 少々
揚げ油 適量

■作り方

- ① 鶏もも肉を食べやすい大きさに切り、こしょうをふりポリ袋に入れ、玉ねぎドレッシングを加え30分程度漬け込む
- ② ①に片栗粉をまぶして180℃の油で揚げたら出来上がり



漬け込む時にポリ袋などを使うと、後片付けが減ってらくらくです！

cooking memo