



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「ふんわり鶏だんご」を使った
じゃがいもとふんわり鶏だんごの挟み焼き



一人あたりのエネルギー 295kcal	食塩相当量 1.2g	調理時間 約20分
------------------------	---------------	--------------

この表示値は目安です

■材料 (2人分)

当社自慢の品 ふんわり鶏だんご(9個入)
..... 1パック
じゃがいも..... 1個
片栗粉..... 小さじ1
塩・こしょう..... 少々
酒..... 大さじ1
サラダ油..... 大さじ1

■作り方

- ①じゃがいもは皮を剥き幅5mm程度の半月切りを18枚作り、片面に片栗粉をふる
- ②①の片栗粉をふった面を内側にしてふんわり鶏だんごを挟む
- ③②の表面に塩・こしょうをふる
- ④フライパンにサラダ油を熱し③を並べ、両面に焼き色が付いたら酒をふり、蓋をして蒸し焼きにする



スマイル
memo

冷めても美味しいのでお弁当のおかずにもピッタリです

cooking memo