

GABAN®

チキンステーキ レモンクリームソース



ほどよい酸味と生クリームがまろやかなチキンステーキ。
さっぱりしているのにコクがあり、女性に好まれる味です！

材料（1皿分）

鶏もも肉…1枚（約250g）

GABAN® セビーチェシーズニング…8g

白ワイン…45ml

無塩バター…10g

薄力粉…1.5g

生クリーム…30g

レシピ（所要時間：20分※）

- ① セビーチェシーズニングを白ワインで溶き、鶏もも肉を冷蔵庫でひと晩マリネする。
- ② フライパンにバターを熱し、鶏肉の両面に焦げ目を付け、200℃のオーブンで6～8分焼く。
- ③ フライパンの焦げを軽く拭き取り、薄力粉、①の残ったマリネ液、生クリームを加えひと煮立ちさせ、焼いた鶏肉に掛ける。

※鶏肉をマリネする時間は含みません。