

# GABAN®

## チキンタバカ



もも肉

マリネ  
&  
ロースト

焼きレモンをギュッと絞ればピリ辛が際立つ豪快BBQ！  
定番スパイス3種類をブレンドするだけで、お店ならではのプロの味。

### 🍷 材料（8人分）

骨付き鶏もも肉…800g

塩…少々

#### ●マリナード

GABAN® チリパウダー…18g

GABAN® パプリカパウダー…16g

GABAN® ブラックペッパー荒挽…6.5g

レモン汁…30ml

GABAN® オリーブオイルEXバージン  
…30ml

レモン…1個

### 🍲 レシピ（所要時間：40分※）

- ① 骨付き鶏もも肉は関節で切り分け、塩をふってもみ込み、1時間ほどおく。
- ② ボウルにマリナードの材料を合わせ、ペースト状になるまで混ぜる。
- ③ ①に②をまんべんなくぬり込み、2時間以上マリネする。
- ④ ③の余分なマリナードをぬぐい、200℃のオーブンで30分焼く。  
レモンは半分に切って断面をフライパンで焼いておく。
- ⑤ 鶏肉を10分ほど休ませ、器に盛りつけレモンを添える。

※マリネする時間は含みません。