

GABAN®

鶏のから揚げ

しょうゆ + ちよい足し
スパイス



王道のから揚げには漬け込みだれにコツがあります！
リンゴジュースとスパイス入りのたれをしっかりとみこんでジューシーに！

材料（約4皿分）

鶏もも肉…600g

● 漬け込みだれ

果汁100%りんごジュース…80ml

しょうゆ…60ml

酒…30ml

塩…3g

GABAN® ブラックペッパー荒挽…2g

GABAN® ホワイトペッパー荒挽…1.5g

GABAN® 一味唐辛子…1.6g

GABAN® しょうがペースト…10g

溶き卵…20g

片栗粉…35g

片栗粉…適量

揚げ油…適量

レモンのくし型…1個

レシピ（所要時間：20分※）

- ① 鶏もも肉は1切れ約30gに切る。
- ② ボウルにAの材料を合わせ、①を入れてよくもみ込み、続けて溶き卵を加えて鶏肉が完全に卵を吸うまでもみ込む。
- ③ ②に片栗粉35gを入れてサツと混ぜ、冷蔵庫でひと晩漬けておく。
- ④ ③に片栗粉をまぶし、余分な粉を落とす。
- ⑤ 180℃に熱した揚げ油で絶えずかき混ぜながら5分～6分揚げる。
- ⑥ 器から揚げを盛りつけ、レモンのくし形を添える。

※漬け込み時間は含みません。