

豊川駐屯地 鶏唐揚げレモンペッパー風味

リオオリンピック開催時に、ブラジル料理を出せないかと考え、「フランゴバッサリーニョ」をアレンジし提供しました。レモンの風味が爽やかな唐揚げです。

豊川駐屯地業務隊 管理栄養士 伊藤技官



材料（1人分）

鶏もも	120g
レモンペッパー焼オイル	12g
中華あじ	5g
おろししょうが	3g
おろしにんにく	3g
濃口醤油	10g
料理酒	5g
塩	0.5g
胡椒	0.2g
でん粉	20g
キャノーラ油	8.4g

作り方

- 1 レモンペッパー焼オイルから胡椒までの調味料Aを合わせて調味液を作る。
- 2 鶏ももを調味液に漬け込む。
- 3 でん粉をまぶして、揚げる。

★コツ・ポイント
カラッとジューシーに揚げてください。