

ピリ辛が美味しい！ヤンニョムチキン

●材料（3人前）

・手羽中 300g

（下味用）

※みりん 大匙 1

※塩コショウ 少々

・片栗粉 大匙 3

★コチュジャン 大匙 1

★ケチャップ 大匙 1

★あまから名人 大匙 2

★すりおろしニンニク 小匙 1

・サラダ油 大匙 3

・白いりごま 適量



●手順

- ① 手羽中をボウルに入れ、下味の材料（※）を入れて揉みこみ、10分程度置く。
- ② 余分な水分をキッチンペーパーでふき取り、片栗粉を全体にまぶす。
- ③ 別の容器に調味料（★）をよく混ぜる。
- ④ フライパンにサラダ油を入れ熱し、②を入れ揚げ焼きにする。
※油はねに注意！
- ⑤ 余分な油をキッチンペーパーでふき取り、③を入れ弱火で絡める。
- ⑥ 白いりごまを全体に散らして、出来上がり。