



鶏むね肉のエビマヨ風



※写真はイメージです

使った商品はこちら

クイーンズ伊勢丹オリジナル
酪農牛乳



鶏むね肉のエビマヨ風

[材料(2人分)]

鶏むね肉	1枚(約300g)
ブロッコリー(硬めに塩茹でして一口大に切る)	1/2房
酒	大さじ1
片栗粉	大さじ1
A マヨネーズ	90ml
ケチャップ	大さじ1と1/2
酪農牛乳	大さじ2
砂糖	大さじ1
レモン汁	小さじ1

[作り方] 調理時間:約20分

1. ボウルにAを入れてまぜ、マヨソースをつくっておく。
2. 鶏肉は細切りにしてから細かく刻んでミンチ状にする。
酒・塩・胡椒(分量外:適量)で下味をつけたら、
片栗粉を加え粘りが出るまでまぜあわせ、一口大に丸める。
3. サラダ油(分量外:適量)を熱したフライパンに2を入れる。
両面を焼き色がつくまで焼いたら酒を加え、蓋をして蒸し焼きにする。
4. 3に火が通ったら、ブロッコリーを加えてさっと炒め、
火を止めてから1を加えて全体にからめる。



QUEEN'S ISETAN
Original

クイーンズ伊勢丹オリジナル
酪農牛乳

酪農発祥の地、千葉県産生乳100%使用。