

チャレンジしてみませんか!
給食のレシピを紹介します。

鹿児島市立松元学校給食センター



令和7年10月14日(火) 実施

☆ 作り方 ☆

『ヤンニョムチキン』

材料 5人分

鶏もも肉 250g

下味

料理酒 大さじ1

塩コショウ 適宜

片栗粉 25g

揚げ油

タレ

コチュジャン 大さじ2

ケチャップ 大さじ2

うすくちしょうゆ 大さじ1

みりん 大さじ1

砂糖 小さじ1

おろしにんにく 小さじ1

ごま油 小さじ1/2

ごま 適宜

① 鶏もも肉を唐揚げ用に切る。
下味をつけて10分程度おく。



② 鶏肉に片栗粉をまぶし、からりと揚げる。

③ 調味料を合わせて火にかけ、味を調整し、タレを作る。

④ 揚げた鶏肉に③のタレを加えて混ぜ合わせる。

⑤ ④にごまをふって仕上げる。

コチュジャンがきいたピリ辛メニューです。

辛い物が苦手な場合は、コチュジャンを減らして、ケチャップで調整してみてください。ご家庭でもぜひ作ってみてください!