

骨付き鶏モモ肉のグリル

**調理時間**

約50分

カロリー

439kcal(1人分)

材料

(2人分)

鶏モモ肉(骨付き)	2本(600g)
塩・コショウ	各少々
バジル	6枚
タイム	2枝
オリーブオイル	小さじ1

作り方

- 1 鶏モモ肉は皮目にフォークで穴をあけて塩、コショウをし、皮と身の間にバジルとタイムをはさみ、皮目にオリーブオイルをまぶす。
- 2 ダッチオーブンにオープンシートを敷き、内網をセットし、(1)をのせて蓋をしてグリルに入れる。
- 3 オープンモードを選択し、タイマーを20分に設定して点火する。消火後そのままグリルの中で20分余熱する。

ほどよいおいしそうな焼き色もダッチオーブンの得意ワザです。