

## 韓国風鶏の唐揚げ



調理時間 約25分  
カロリー 295kcal(1人分)

材料 (4人分)

|         |        |
|---------|--------|
| 鶏モモ肉    | 400g   |
| (A)     |        |
| ゴマ油     | 大さじ1/2 |
| 酒       | 小さじ1   |
| 醤油      | 大さじ1   |
| おろしニンニク | 4g     |
| おろし生姜   | 5g     |
| コチュジャン  | 大さじ1   |
| 片栗粉     | 大さじ6   |
| 揚げ油     | 適量     |

### 作り方

- 1 鶏モモ肉は大きめの一口大に切り、Aに10分ほど漬けておく。
- 2 (1)に片栗粉をまぶす。
- 3 鍋をコンロにのせ、揚げ油を入れ、揚げものの温度調節スイッチを押して180℃に設定する。(2)を3分ほど揚げる。

コチュジャンでピリ辛にいつもの唐揚げが、ひと味ちがう味で楽しめます。