



令和元年6月22日 (土)

チキンナゲットの作り方

材料 20個分 (4人分)

鶏ひき肉 300g

片栗粉 大さじ3

玉ねぎ 1/6個

卵 1/2個

キャベツ 2枚

揚げ油

しょうゆ 大さじ2

片栗粉(まわりに付ける用) 適量

こしょう ひとつり

クッキングシート



- 1) 玉ねぎ、キャベツをみじん切りにする。
- 2) ボールに、1) で切った玉ねぎとキャベツを入れ、鶏ひき肉、しょうゆ、こしょう、片栗粉、卵を加えてよく混ぜる。
- 3) よく混ぜたら 20 個に分け、小判型に丸めてまわりに片栗粉をつける。できたものをクッキングシートの上ののせておく。
- 4) 170℃の油でまわりがきつね色になるまで揚げる。→できあがり!!



おいしそうにできたかな?おうちでもつくってみてね!