

## 但馬鶏とさつまいもの甘酢あん

材 料 名	4人分の分量 (g)	作 り 方
鶏肉	150	① 鶏肉はひと口大に切り、Aの調味料で下味をつける。 ② さつまいもは厚めのいちよう切りにする。 ③ いんげんは2cmのななめ切りにし、ゆでる。 ④ ①に片栗粉をまぶし、180℃に熱した油で揚げる。 ②は素揚げにする。 ⑤ Bの調味料を加熱してタレを作り、③、④を入れて絡める。  ※ 調味料は加減してください。  カラッと揚げた鶏肉と甘いさつまいもが入る ボリューム満点なおかずです！ 色合いもきれいだよ☆
A { おろししょうが	小さじ1	
A { 濃口しょうゆ	大さじ1/2	
A { 酒	大さじ1/2	
片栗粉	適量	
揚げ油	適量	
さつまいも	130	
いんげん	25	
B { 砂糖	大さじ1	
B { 濃口しょうゆ	大さじ2	
B { 酢	大さじ1	
B { 水	小さじ1	

