

鶏肉の柿ジャム焼き



<材料> 子ども4人分

| | | |
|---|-------|------------|
| | 柿 | 1 / 4個 |
| A | 三温糖 | 小さじ1 / 2 |
| | レモン果汁 | 小さじ1 / 2 |
| | 鶏もも肉 | 4切 (1切40g) |
| | しょうゆ | 小さじ1 |
| | しょうが | ひとかけ |
| | にんにく | ひとかけ |
| | 油 | 適量 |

(作り方)

- ① 柿は適当な大きさに切り、Aを入れて煮詰め、柿ジャムを作る。
- ② しょうが・にんにくはすりおろしておく。
- ③ しょうゆと①、②に鶏肉を漬け込み、下味をつける。
- ④ フライパンに油を熱し、③に火が通るまで焼く。