

## 鶏肉のコーンフレーク揚げ

### ★材料(4人分)

鶏もも肉(皮なし)	200g	
しょうゆ	5g	
料理酒	4g	
塩・こしょう	少々	
A	鶏卵	1/2 個
	片栗粉	10g
	小麦粉	10g
コーンフレーク	40g	



### ★作り方

- ① 食べやすい大きさに切った鶏肉に、しょうゆ、料理酒、塩、こしょうを揉みこみ10分ほど置き下味をつける。
- ② Aを混ぜ、①を入れる。
- ③ ②にコーンフレークをたっぷりまぶし170℃～180℃で3分～4分揚げる。

### ★工夫点

コーンフレークを荒く砕いてまぶすと小さい子どもでも食べやすくなります。  
卵なしで水溶き小麦粉でも作れます。