

# 焼き鳥風煮

## 材料(4人分)

鶏もも肉・・・140g (一口大)

A { しょうゆ・・・6g  
さとう・・・6g  
酒・・・2g

ちくわ・・・120g (一口大の乱切り)

いんげん・・・12g (ななめ切り)

B { 中双糖・・・10g  
しょうゆ・・・10g  
みりん・・・3g

でん粉・・・3g

油・・・適宜

## 作り方

- ① 鶏もも肉をAで下味をつける。
- ② 鍋に油を入れ熱し、①を炒めて焼き色をつける。
- ③ ちくわをBで煮る。
- ④ いんげんを入れて加熱し、水溶きでん粉を入れ、火を通す。

**大好きな焼き鳥を学校給食風にアレンジしています**

