

チキンタワー



用意するもの

材料

- ロスティ 1/2袋(250g)
- 皮付きの鶏もも肉、または鶏むね肉 2枚(250g~300g)
- 赤パプリカ 1個
- ごま油 適量
- ごま、みつば 適量
- ☆ 醤油 1カップ
- ☆ 米酢 1/4カップ
- ☆ 酒 1/4カップ
- ☆ 砂糖 1カップ

30 分程度
調理時間

Easy
preparation

約
2 人分

作り方:

1.

☆ の調味料を鍋に入れ、5分間煮詰めてソースを作ります。

2.

パプリカと鶏肉を小さく切ります。

3.

フライパンにごま油をしき、鶏肉を炒めながら1. のソースをからめます。

4.

パプリカを加えてさらに炒めます。

5.

焼いたロスティを丸型に入れ、その上に具材を乗せてごまをまぶします。

6.

型を外して、みじん切りにしたみつばを彩りとしてちらして出来上がり。

