

料理名：野菜たっぷり和風ドレッシングde唐揚げ



調理時間・おすすめポイント

30分(漬け込む時間を入れずに)

色々な味付けで唐揚げを作るんですが、子どもたちはどんな凝った味付けよりこの野菜たっぷり和風ドレッシングで漬け込んだ唐揚げが1番好きです。他の調味料を入れなくても味が決まるので、朝漬け込んでおいて帰って揚げるだけ！とっても簡単です。

使用したCコレ商品

CO・OP野菜たっぷり和風ドレッシング、コープおかやま若鶏

お気に入りの理由

サラダにはもちろん、唐揚げの下味やサラダチキンの下味など、これひとつで味が決まるので好きです。サラダチキンも、鶏むね肉をこのドレッシングに漬け込んで、低温調理して作ります。

材料

コープおかやま若鶏 (もも肉) ・ ・ 500g
野菜たっぷり和風ドレッシング ・ 大さじ4

片栗粉 ・ ・ ・ ・ ・ 適量
薄力粉 ・ ・ ・ ・ ・ 適量

作り方

1. 鶏もも肉を一口大に切る。
2. ビニール袋に和風ドレッシングと鶏もも肉を入れて30分以上漬け込む。
3. 袋から出し軽く汁気を拭き取って、片栗粉を少し白くなるくらいまでまぶす。
4. 薄力粉をまぶす。
5. 中温の油で揚げる。
6. 高温にして1~2分揚げる。