

## 鶏の黄金焼き

<材料 大人4人分>

鶏もも肉	300g
卵	1個
片栗粉	適量
油	適量
だし	カップ 1/4
砂糖	小さじ 1
みりん	大さじ 1
酒	大さじ 1/2
しょうゆ	大さじ 1

《作り方》

- ①鶏もも肉を一口大に切り、溶いた卵と一緒にビニール袋に入れ、よく混ぜ合わせる。
- ②①のお肉に、ひとつずつ片栗粉をまぶす。
- ③Aを混ぜ合わせておく。
- ④フライパンに油をひき、両面焼く。
- ⑤お肉に火が通ったら、Aを加え煮からめ、出来上がり！！

A

## ごまスティックパイ

<材料 8本分>

パイシート	2枚
グラニュー糖	大さじ 3
塩	少々
黒ごま	大さじ 2
卵	1/2個

《作り方》

- ①パイシートを解凍し、グラニュー糖と塩を合わせておく。
- ②パイシートの片面に溶いた卵を全体に塗り、①のグラニュー糖を半量と黒ごまを全体に散らします。
- ③もう一枚のパイシートも全体に卵を塗り、卵を塗った面を下にして、②のパイシートにかぶせ、手で押さえます。
- ④上面にも卵を塗り、残りのグラニュー糖を散らし、スプーン等で軽く押します。
- ⑤8等分の棒状に切り、両端を軽く持ち、2、3回ねじり、オーブンシートを敷いた天板に並べます。
- ⑥約220℃に予熱しておいたオーブンで10分ほど焼き、出来上がり！！