

### 鶏肉の香味焼き

<材料 4人分>

- 鶏もも肉 400g
- 長葱 中 1/2本
- しょうゆ 大さじ2弱
- 本みりん 小さじ1 1/2
- 生姜 2g
- ごま油 小さじ2
- 白ごま 適量

<作り方>

- ① 鶏もも肉は一口大に切る
- ② 長葱はみじん切り、生姜はすりおろし、aの調味料を合わせる
- ③ ②に鶏肉を30分ぐらいつけておく
- ④ 熱したフライパンで両面焼く
- ⑤ 焼き上がりにゴマをふりかけ、器に盛り付け出来上がり！！

### 豆腐の米粉ドーナツ

<材料 4個分>

- 米粉 80g
- 片栗粉 20g
- ベーキングパウダー 4g
- きび砂糖 20g
- 絹豆腐 80g
- サラダ油 15g
- 豆乳 15g
- 揚げ油 適量
- 粉砂糖 適量

<作り方>

- ① 米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、きび砂糖を混ぜたら、絹豆腐、サラダ油、豆乳を加えて混ぜる
- ② 生地を4等分に分ける
- ③ 棒状にして輪っかにする
- ④ 油で揚げ、出来上がり！！

