

台所 コトコト

たまに無性に食べたくなる
フライドチキン。
骨離れの良いあのほろほろ感と
ジューシーさ・・・
ファストフード店の味を
おうちで再現して
みましょう！



CO TO CO TO



材料【4人分】

	鶏手羽元12本
A	クレイジーソルト(または塩)小さじ1
	黒コショウ小さじ1/2
	おろしニンニク小さじ1/2
	おろしショウガ小さじ1/2
	牛乳100cc
B	卵1個
	サラダ油大さじ2
	牛乳大さじ4
	小麦粉100g
C	片栗粉大さじ1
	クレイジーソルト(または塩)小さじ1/2
	黒コショウ小さじ1
	オールスパイス小さじ1
	顆粒コンソメ小さじ3
	揚げ油適量

●クレイジーソルト

ハーブを使用した岩塩ベースの調味料。ハーブとスパイスの風味を良く料理になじませてくれる万能調味料です。



●オールスパイス

日本の名称で言う『百味こしょう』。シナモン・クローブ・ナツメグを混ぜ合わせたような香り特徴です。



ほろほろ・ジューシー！フライドチキン



3 粗熱が取れてから鶏肉だけを取り出し、キッチンペーパーで余分な水分を取り除きます。



2 ①の袋の中身を耐熱ボウルに移し、ラップをして電子レンジ500Wで10分。



Point

鶏もも肉でも結構ですが、骨付きの方がうま味があります。面倒な時は寝かせの時間を30分ほどにしてください。



1 鶏手羽元とAの材料をビニール袋に全て入れ、よく揉みこみます。袋のまま冷蔵庫で2時間ほど寝かせます。

Point

時間を揚げがベスト。衣をカリッとさせるためにも高温で短時間揚げがベスト。



Point

衣が少し厚め位が丁度良いです。



5

Cを別のボウルに入れ、良くかき混ぜて「つけ粉」を作ります。



4

Bの材料を別のボウルに入れ、良くかき混ぜて、「卵液」を作ります。

6

手羽元肉を「卵液」にくぐらせた後、「つけ粉」を全体にまぶします。この工程を2回行います。

7

180℃の油できつね色になる程度に揚げたらできあがり。(約2〜3分)。