

# ヤンニョムチキン (韓国料理)



## ★アレルギー表示

卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに
あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ
さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	松茸
もも	山芋	りんご	ゼラチン	ごま	カシューナッツ	

1人分	
エネルギー	kcal
原価	円

調理時間目安	
約	20 分

【16個分 3人～4人分】

材料名	分量 g	エネルギー kcal	原価 円	材料名	分量 g	エネルギー kcal	原価 円
A 鶏もも肉	1枚			I 醤油	小さじ1		
B 片栗粉	適量			J 酒	大さじ1		
C サラダ油	適量			K 粉唐辛子	好みで		
D コチュジャン	大さじ2			L ピーナッツ(細かく砕く)	30g		
E ケチャップ	大さじ2			M			
F にんにくすりおろし	小さじ1/2			N			
G 水あめ	大さじ2			O			
H ゴマ油	大さじ2			P			

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	40%	10分	220℃

## 作り方

- 鶏もも肉を一口大(鶏もも肉1枚を8等分)に切り、片栗粉をしっかりとまぶす  
油を絡めて、ホテルパンに並べる  
※敷網がある場合は、ホテルパンの上に敷網を置きその上に鶏もも肉を並べると裏側もカリッと仕上がります
- コンビモード220℃40%で10分加熱する
- フライパンにD～Jまでの調味料を入れて少し煮詰めてタレを作る ※好みで粉唐辛子を加えて辛さを調整する
- タレの中に2のから揚げを入れて絡め、最後に刻んだピーナッツも入れて混ぜ合わせる

ホシザキ東海株式会社 コンサル室

**\*ポイント\***  
タレが絡みやすいように、片栗粉をしっかりとつけます  
スチコンで作る揚げ物は油っこくなく、冷めても軟らかくて美味しいです

