



カルピス®で ジューシーフライドチキン

「カルピス」でほのかな甘みと柔らかさ♪

材料 (2～3人分)

● 鶏もも肉 2 枚

A/ ● 卵 1 個

● 「カルピス」(希釈用) 50ml

● 溶かしバター 大さじ 1

B/ ● 薄力粉 200g

● 塩 大さじ 1

● 黒こしょう 大さじ 1

● ナツメグパウダー 小さじ 1

● 揚げ油 適量

作り方

① 鶏肉は5cm角に切る。ボウルに【A】をあわせる。別のボウルに【B】をあわせる。

② 鶏肉を【A】・【B】の順に衣を付け、160℃の油できつね色になるまで揚げる。
お好みでイタリアンパセリを添える。