

3/10/14

■鶏肝の山椒焼

◎ 材料(4人前)

- | | |
|----------|-------|
| ○ 鶏肝 | 300g |
| ○ 合わせ調味料 | |
| ・醤油 | 大サジ 5 |
| ・砂糖 | 大サジ 2 |
| ・みりん | 大サジ 1 |
| ○ 粉山椒 | 少々 |

◎ 作り方

1. 鶏肝は、塩水できれいに洗い、水気を切っておきます。
心臓がついていたら、縦半分に切り、血合を取っておきます。
2. 表面が白くなる位い霜降をし、水分をよく拭き、
小麦粉をまぶし、3~4分おき粉を落ち着かせます。
3. フライパンに油を熱し、鶏肝を焼き色をつけふたをして
中まで火を通します。
4. フライパンの油を切り、合わせ調味料を入れ、中火で煎り上げ最後に
山椒を振り盛り付けます。