

【おうち時間】おいしい時間

🍷チキンナゲット🍷

今回は大人気の給食メニューの『チキンナゲット』のレシピを紹介します。

親子でまぜまぜ… こねこね… 楽しめます！！

ぜひ、親子で作ってみてください😊

🍴材料🍴 (大人2人・子ども2人分)

・鶏ひき肉	240g	・小麦粉	15g
・木綿豆腐	90g	・コンソメ顆粒	4.2g
・たまご	45g	・油	
・塩	少々		

🌸作り方🌸

- ① 木綿豆腐はしっかりと水切りをしておく。
(豆腐の水切り状態で小麦粉を調節する)
- ② 全ての材料を混ぜ合わせて、豆腐の粒がなくなるまでよくもむ。。
- ③ 170℃の油できつね色になるまで揚げる。
(ひと口大のタネを油をつけたスプーンで落とし揚げにする)

