

COTOCOTO

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！



材料【4人分】

A	鶏手羽元	12本
	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	大さじ2
	サラダ油	大さじ4
	牛乳	大さじ4
	小麦粉	100g
	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
C	顆粒コンソメ	適量
	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が特徴です。



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
がうまい味があります。面倒な時は骨か
せの時間を30分ほどにしてください。

袋のまま冷蔵庫
で2時間ほど寝か
せます。

①

鶏手羽元とAの
材料をピニール
袋に全て入れ、よ
く揉みこみます。



Point

⑦ 180°Cの油で
つけ粉を全体に
まぶします。
この工程を2回行
います。



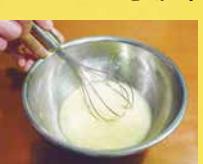
Point

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。



⑤

Cを別のボウルに入れ、良くなき混ぜて
「つけ粉」を作ります。



④

Bの材料を別のボ
ウルに入れ、良くな
き混ぜて、「卵液」を
作ります。