

社会福祉法人 なかよし会  
ひまわり夢ほいくえん 

手作り!タルタルソース  
チキン南蛮 



【材 料 子ども4人分】

鶏もも肉	180 g	～タルタルソース～		
酒	3 g	茹で卵	20 g	
	薄口醤油	5 g	玉葱	35 g
片栗粉	適量	パセリ	1 g	
タレ	濃口醤油	10 g	マヨネーズ	12g
	砂糖	7 g	酢	2g
	酢	7 g	レモン汁	2g

【作り方・ポイント等】

- ① 鶏もも肉は下味(酒・薄口醤油)をつけておく。
- ② タルタルソースを作る。
  - ↳ 1. 玉葱、パセリ、ゆで卵をみじん切りにする。
  - 2. 玉葱、パセリはサッと熱湯に通す。
  - 3. 2の野菜を絞りゆで卵と合わせる。
  - 4. マヨネーズ、酢、レモン汁を加えて混合して出来上がり。
- ③ タレを作っておく。

※濃口醤油と砂糖を混ぜ一度沸騰させ、粗熱が取れてから酢を加えることで酸味を残すことができる。
- ④ ①の鶏もも肉に片栗粉を付けて油で揚げる。
- ⑤ ④を前もって作っておいたタレにつけてタルタルソースをかけて出来上がり!

