

めぐみ保育園

鶏肉の

マーマレード焼き



【材料 大人2人 子ども1人】

鶏もも肉	40g×6切れ
マーマレードジャム	80g
濃口醤油	大さじ2
にんにく	5g
しょうが	5g

【作り方】

- ① 鶏もも肉にマーマレードジャム、濃口醤油、にんにく、しょうがを加え、味がしみこむようによく混ぜておく。
- ② オーブン180℃、15分ほど焼く。フライパンで焼いてもOK。

マーマレードジャムと鶏肉の相性抜群で、子どもたちに人気のメニューです。