



調理時間 75分

材料 4人分

ケッタッキーフライドチキン (KFC)	4~5個
にんじん	300g
玉ねぎ	300g
バター	20g
ケチャップ	大さじ3
水	4カップ
マギーブイヨン	3個
ローリエ	3枚

作り方

1. ケンタッキーフライドチキンは骨を取り除きます。衣には美味しいスパイスがついているので肉と一緒にします。
2. にんじん、玉ねぎは みじん切りにします。
3. 鍋にバターを入れて、にんじんと玉ねぎを炒めます。しんなりしてきたら肉と衣をいれます。
4. 鍋に水とマギーブイヨンを入れて煮込みます。ローリエを加えてケチャップも入れます。いったん取り出して、卵黄をぬりさらに15分焼きます。
5. 弱火にして30分ほど煮込みます。



アドバイス

- ◎スーパー唐揚げではこの味は出せません。
- ◎ケッタッキーフライドチキン(KFC)をお買い求めください。