

# 【ミックスかつじゅう】



## 材料（約4人分）

### 【材料】

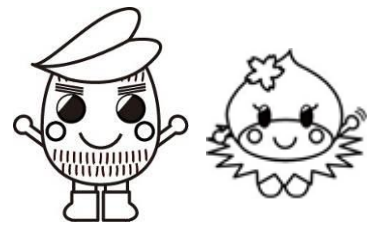
精白米 2合弱  
水 適量

### 鶏むね肉

そぎ切りにしたもの 4枚  
エビフライ用エビ 4尾  
小麦粉 適量  
卵 適量  
パン粉 適量  
揚げ油 適量

しょうゆ 大さじ1強  
三温糖 大さじ1強  
清酒 大さじ1  
みりん 大さじ1  
水 50cc

たれをかけると  
ごはんをたくさん  
食べられるよ。



いもち

くりっち

## 作り方

- ①ごはんを炊いておく。
- ②鶏肉、エビに衣を付け揚げる。
- ③調味料を煮立たせてタレをつくる。
- ④ごはんにはチキンカツ、エビフライをのせてタレをかけたらできあがり。