

GABAN®

マサラから揚げ



いつものから揚げにガラムマサラを効かせてインド風味に！



材料（4人分）

鶏もも肉…350g

溶き卵…50g

A

GABAN® ガラムマサラ®…7g

しょう油…10ml

塩…3.5g

片栗粉…30g

サラダ油…15ml

揚げ油…適量

グリーンリーフ…適量

紫玉ねぎ…適量

レモンのくし型…1個



レシピ（所要時間:30分※）

- ① 鶏もも肉はひと口に切り、溶き卵を入れてよくもみ込んで卵をなじませる。
- ② ①にAを加えてもみ込み、片栗粉を入れてさらにもみ込む。
- ③ ②にサラダ油を加えて軽くなじませ、冷蔵庫でひと晩漬け込む。
- ④ 紫玉ねぎは薄切りにして水にさらし、水気をよく切る。グリーンリーフはひと口にちぎる。
- ⑤ 180℃の揚げ油で③を揚げる。
- ⑥ 器に④、⑤を盛りつけ、レモンを添える。

※③の味をなじませる時間は含みません。