

献立名		鶏肉のりんごジャムソース
材料(4人分)	分量	作り方
若鶏もも肉	240g	①鶏肉を4等分し、塩・コショウをふって焼く。 ②にんにく・しょうがをすりおろす。鍋に調味料と一緒にに入れて火を通す。 ③焼けた鶏肉に②のソースをかける。
塩	少々	
コショウ	少々	
りんごジャム	30g	
しょうゆ	小さじ2	
にんにく	1/2かけ	
しょうが	1/2かけ	