

## 給食レシピ ☆鶏肉のバジル焼☆

### 1 材料（4人分）

食品名	分量	目安量
鶏もも切り身	280～300g	切り身1枚
塩	2g	小さじ1/3
あらびき黒こしょう	少々	
バジル	0.5g	
ぶどう酒	10g	小さじ2
オリーブ油	8g	小さじ2



### 2 作り方

- ① 鶏もも肉を好みの大きさに切る。
- ② 全ての調味料をよく混ぜ合わせ、①を漬け込む（30分程度）
- ③ フライパンに油をひき、ゆっくり肉に火をとおす。

### 3 ー口メモ

給食では、スチームコンベクションオーブンを使用して焼いています。  
チャック付き保存袋などを利用して漬けておくと、手を汚さずに調理できます。  
骨付き肉を使用すると、クリスマスメニューにも活用できます。