

ROSEN'S RECIPE  
ローゼンおすすめメニュー

特製エバマヨ・ソースをかけて召し上がれ

# 照りてりチキンのごちそうサラダ

調理時間

20分

1人分

307kcal



※写真はイメージです。

夏の旬食材



がんばる農家応援団 レタス※

+

使ったのはコレ!



エバラ  
黄金の味  
甘口



つくり方動画を  
配信中!

《レシピ考案》  
Goo Goo Foo  
フードクリエイター  
堀池 美由紀



# 照りてりチキンのごちそうサラダ

## 材料/4人分

鶏もも肉……………1枚(200g)  
塩、こしょう……………少々  
エバラ 黄金の味 甘口……………大さじ2  
サラダ油……………小さじ2  
がんばる農家応援団 レタス※  
……………1/2個  
ゆで卵……………2個  
トマト……………1個  
アボカド……………1個  
〈エバマヨ・ソース〉  
エバラ 黄金の味 甘口……………大さじ1  
マヨネーズ……………大さじ1

## 作り方

- ①レタスは食べやすくちぎる。トマトは櫛形に、アボカドは2cm角に、ゆで卵は食べやすい大きさに切る。「エバラ 黄金の味 甘口」とマヨネーズを混ぜくエバマヨ・ソースを作る。鶏肉ははさみで厚いところに切り込みを入れる。
- ②フライパンに油を入れて熱し、鶏肉の皮目を下にして入れる。鶏肉の身に塩、こしょうをふり、ふわりとアルミホイルをのせ7分、皮がきつね色になったら返してホイルを外し、さらに3分焼く。余分な油を拭き取り、「エバラ 黄金の味 甘口」を加えて絡める。3分休ませてから、食べやすい大きさに切る。
- ③皿に、レタス、アボカド、トマト、鶏肉、ゆで卵をのせ、〈エバマヨ・ソース〉を上からかけて完成。

※がんばる農家応援団の野菜は時期・店舗によって取り扱いがない場合がございます。