

キャベツと鶏肉の炒めもの



▼材料（2人分）

- キャベツ …1/2 玉
- 鶏もも肉 …1 枚
- にんにく …1 片
- A：
 - ・鶏ガラスープ …100cc
 - ・濃口醤油、酒 …各大 2
 - ・砂糖 …大 1 と 1/2
 - ・塩 …少々
- 片栗粉 …適宜
- 一味唐辛子 …少々
- サラダ油 …大 2

▼作り方

- ① キャベツは、色紙切りにする。
- ② 鶏もも肉は一口大に切り、片栗粉をまぶす。
- ③ フライパンにサラダ油を入れ、にんにくを香りよく炒める。
- ④ ②を炒めて色が変わったら、①を加える。
- ⑤ Aを加え、火を止めて一味唐辛子をふる。