

鶏肉の青菜焼き



▼材料（4人分）

- 鶏もも肉 …2枚
- A：
 - ・法蓮草（葉のみ） …1/3束
 - ・小松菜（葉のみ） …1/3束
 - ・にんにく …1片
 - ・パン粉 …大2
 - ・オリーブ油 …大2
 - ・塩 …小1/4
- 粒こしょう …少々

▼作り方

- ① Aをフードプロセッサーで攪拌する。
- ② オーブンの天板にアルミ箔を敷いて鶏もも肉を半分に切って置き、①をのせる。
- ③ オリーブ油（分量外…少々）を回しかけて200度のオーブンで10分程焼く。
- ④ 粒こしょうをふり、好みにフランスパンを切ったものを添える。