アジアつながるレシピコンテスト

料理名	ひとくち台湾唐揚げ ダージーパイ

No. 028

氏名 or ニックネーム or グループ名	めぐ
応募部門	東アジア部門
イメージした国・地域	台湾
調理時間	1 時間(つけ込み時間含む)
仕上がりの量	4 人前
レシピのポイント	小さなサイズで時短&食べやすさ倍増！グルテンフリーで本格味！！
家庭でも作りやすいように工夫した点	お店に売っているダージーパイは、顔よりも大きいので、家庭では作りにくいですが、ひとくちサイズにすることで時短でカリカリ&ジューシーに仕上げることができます！
この料理を知ったきっかけ	テレビのグルメ番組を見ていて、家族が食べてみたい！言ってくれたのがきっかけです。グルテンフリーでさらにカリカリを目指しました！

原材料(量) 記載例　豚バラ肉 400g、★砂糖　大さじ 3　★しょうゆ　大さじ 3　★酒　大さじ 3　★水　400cc　オイスターソース　大さじ 1　玉ねぎ　1/2 玉　五香粉　小さじ　1/2(お好みで)　炊いたご飯（約 3 合）	鶏胸肉(皮なし) 2 枚 ★しょうゆ　大さじ 4 ★酒　大さじ 4 ★砂糖　小さじ 4 ★塩　小さじ 1/2 ★五香粉　小さじ 1 ★おろしにんにく ★おろししょうが ☆片栗粉　60g ☆米粉　60g ☆ブラックペッパー　すきなだけ ☆五香粉　すきなだけ

作り方

記載例　①鍋に 1cm 角に切った豚バラと★を入れて弱火で煮る　②フライパンで玉ねぎを千切りにして飴色になるまで炒める　③炒めた玉ねぎ、オイスターソース、五香粉を①に入れる　④蓋をして 1 時間ぐらい煮たら火を止める　⑤④をごはんにかけてできあがり

1. ボールに★の調味料をまぜ、タレをつくる。
2. 鶏胸肉をひとくちサイズに削ぎ切りする。
3. さらに綿棒でたたいて薄っぺらくのばし、1のボールにいれて、30 分ほど漬け込む。
4. つけ込んでいる間に、別のボールに☆をまぜ、衣を作っておく。
5. 30 分経ったら、鶏胸肉を4のボールへ 1 つずつ移し、ぎゅっぎゅっと手で押さえて、しっかりと衣をつける。
6. フライパンに油を 1cm の深さになるように入れ、中火であたためる。
7. 5を順番に入れて揚げ焼きする。

※この時にあまり触らないことで、衣がカリカリになります！

8. ひっくり返して、裏面もこんがり揚げ焼きしたら、完成！！

