

鶏肉のマーマレード焼き



<材料> 子ども4人分

鶏もも肉	4切 (1切約40g)
しょうが	ひとかけ(約2g)
にんにく	ひとかけ(約2g)
しょうゆ	小さじ1
マーマレードジャム	小さじ2

(作り方)

- ① しょうがにんにくはすりおろしておく。
- ② ①としょうゆ、マーマレードジャムを混ぜ合わせ、鶏もも肉を約30分浸ける。
- ③ 170℃のオーブンで約15分焼く。