

Menu Photo

メニュー画像



Material

材料

[1人分]

鶏肉(もも)	1枚
GS 塩味コショウ	適量
GS オリーブオイル	10ml
<u>マンゴソース材料</u>	
GS マンゴチャツネ	30g
GS レモン果汁	10ml
GS ブラックペパー荒挽き	5g
玉ねぎ	1/2個
醤油	20ml
バター	5g

Information

ご案内

《製品情報》

GS 塩味コショウ 300g/24本、1kg/10袋

GS マンゴチャツネ 453g/12個

◆GS オリーブオイルのアイテムは2種◆

スペイン産 1L/15本、イタリア産 5L/2本

◆GS レモン果汁のアイテムは2種◆

GS100%レモン 500ml/12本

GS マッペレモン(無果汁) 500ml/12本

◆GS ブラックペパー荒挽きのアイテムは4種◆

缶製品(100g/200g/400g)、袋製品(1kg)

WELCOME

Menu

マンゴ・チキンソテー

フルーティーで甘酸っぱい
マンゴのソースが絶妙!

How to make

作り方

- ◇ 鶏肉の裏表に、GS 塩味コショウをふりかけます。
- ◇ フライパンにバターをひき、鶏肉をソテーします。
※皮面から焼き、押し付けるようにすると「パリッ!」っと焼きあがります。
- マンゴソースを作ります。
- フライパンに GS オリーブオイルをひき、ミジン切した玉ねぎを透きとおるまで炒めます。
- GS マンゴチャツネ・GS レモン果汁・醤油・バターを加え、最後に GS ブラックペパー荒挽きをふりかければ完成です。
- ◇ ソテーした鶏肉を食べやすい大きさにカットし器に盛り、サラダを添え、マンゴソースをトッピングすれば出来上がりです。

[提供時間: 15分]



Point

ポイント

- ◆豚肉(ロース)での同じレシピもおすすめてです。
- ◆甘めのソースですが、ブラックペパー荒挽きで味が引きしまったソースになります。