

# こどもと作れる！おやつレシピ°

## チキンナゲット



### 【材料】（作りやすい分量）

鶏ひき肉	200g
木綿豆腐	100g
片栗粉	大さじ2
鶏ガラスープの素	大さじ1
サラダ油	適量



- ① 鶏ひき肉を粘りがでるまで混ぜる。
- ② 水気を切った木綿豆腐、片栗粉、鶏ガラスープの素を加え入れ、よく混ぜ合わせる。
- ③ 一口大に形成する。
- ④ フライパンに多めのサラダ油をひき、  
を揚げ焼きにする。