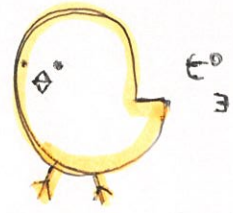


クリスマスピーチキーン



ナガシマです。

★材料★ (4人分)

- トリモモ肉 2枚
- 酒 大さじ1
- 塩、こしょう 各少々
- パプリカ 小さじ $\frac{1}{2}$
- マヨネーズ 大さじ4~6
- コーンフレーク 1カップ
- オリーブオイル 少々



フレークの色が濃いのでトリと一瞬見えます...
中にトリが隠れています 😊

★作り方★

- ① トリモモ肉はひと口大に切る。酒、塩、こしょう、パプリカをまぶす。
耐熱皿に移してラップをかけ、電子レンジで約10分加熱して、
しっかり火を通す。
- ② お肉が熱かよったら、表面にマヨネーズを塗り、コーンフレークをまぶしつける。
- ③ オリーブオイルをすこしかけて、オーブントースターで2~3分こんがり焼く。
- ④ 器に盛り、お好みでトマトセロリを添える。今日はキャベツにしました。

★ 見た目はちょっと...でしたが、コーンフレークのパリパリとした食感も良く、
コーンフレークの甘みも不思議な感じで美味しかったです。(私はグラントフレークを
使ったので、甘めになりました。色もだいぶ濃いです。)
マヨネーズを使っているので、お子様にもおすすめの味です。
ぜひお試しください ♪