

やさしい味の

油淋童鶏



材料（年長さん1人分）

鶏肉	25g × 2切	しょうゆ	5g
卵	5g	砂糖	7g
片栗粉	5g	揚げ油	適宜
酢	5g		

作り方

- 1 しょうゆ・砂糖・酢を合わせる。
- 2 鶏肉に片栗粉、卵の順につけて揚げる。
- 3 ①に②を浸ける。
- 4 盛り付ける。

ポイント

味覚には五味「塩味」「甘味」「酸味」「苦味」「旨味」がありますが、「酸味」「苦味」は経験して『おいしい』と感じる味のため、すっぱい味を嫌う子どもが多くみられます。お砂糖としょうゆを合わせ、揚げものを浸すことで「ツン」としたすっぱさがまろやかになって食べやすくなり、また卵をくぐらせて揚げることでフワッとした食感になります。