

民族风吕汁鸡肉色拉

柔软的鸡肉被大蒜和鱼露的美味浸透。

主要材料

鸡腿肉
大蒜
鱼露
「可尔必思」



材料名	2人份所需材料
A鸡腿肉	2片
A「可尔必思」	50cc
A大蒜末	10g(2小匙)
A盐	2.5g(1/2小匙)
A鱼露	30cc(2大匙)
A洋葱末	30g
A柠檬汁	15cc(1大匙)
芝麻油	4g(1小匙)
胡椒	少许
生菜	适量
番茄	适量
柠檬	适量

制作方法

- 1 鸡肉上用叉子戳几个洞，浸泡在充分搅拌后的(A)中大约1个小时。
- 2 用烤架或者180℃预热过的烤箱，两面烘烤20分钟，切成小块。
- 3 在盘子中放上喜欢的蔬菜，将(2)装盘并点缀柠檬。