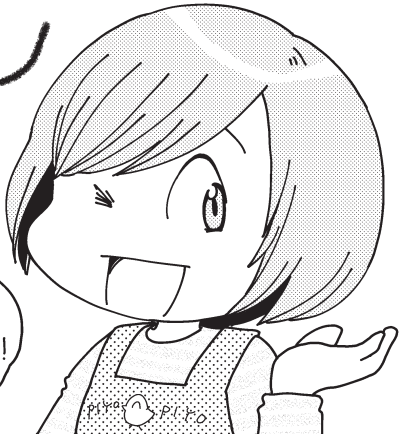


特典ペーパー

発酵孝かあさん もっと甘酒活用レシピ

加藤マユミ

本編にのってないレシピやで!!



甘酒ってそのまま飲むのはちよっとニガテって方多いですよ

お料理に活用すればおいしく便利ですよ

トリのムネ肉を一口大に切り甘酒に漬けて込む

一日くらい漬けて込むととても柔らかくなるけど時間なければしょうゆと同時でも20分くらいでもOK!!

揚げる20分前くらいにしょうゆを足してもみ込む

甘酒 大さじ4くらい

トリムネ肉 (200g)

ビニール袋

米と麴を発酵させた甘酒

甘酒ベースのトリのから揚げ!!

ムネ肉でもパサパサせずしっとり柔らかか♥

甘酒のほんのりした甘みで味に深みがつ

ちなみに北海道ではから揚げの事をザンギと言うよ

そんなネタ満載の「北のダンナと西のヨメ②」もよろしくっ!!

強引な入り方やない

アイツ

おいこー 女子様 イケも よし♥