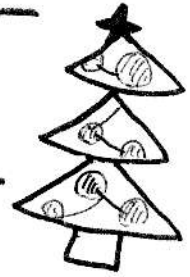
チキンプレート



4~5にんぶん

・とりむねにく … 2まい

・タンドリーチキンミックス

・サラダ油

サラダ

・トマト
・レタス
・りんご

・フランスパン

など

（たべやすい あつさに スライスする）

マヨネーズ ・マスタード

つくりかた

1. サラダのじゅんび

2. タンドリーチキンをやく

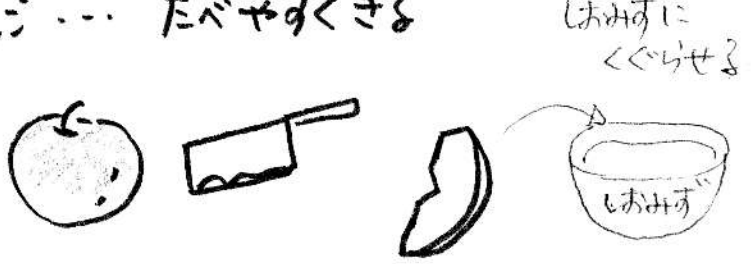
もりつけ

1. サラダのじゅんび

レタス … ちぎる

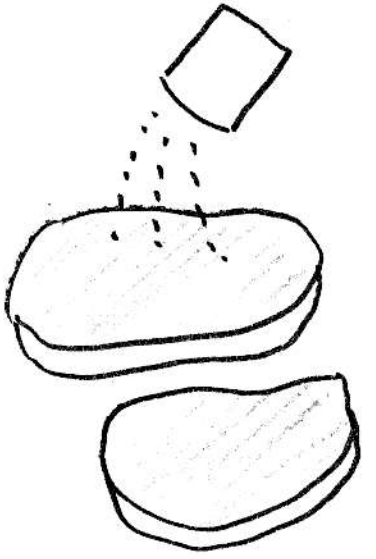
トマト … うすく切る

りんご … たべやすくきる



2. タンドリーチキンをやく

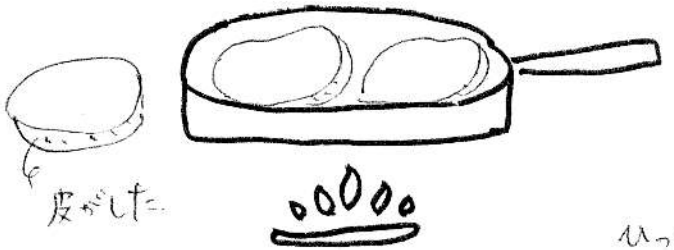
とりにくに
タンドリーチキンミックスをまぶす



15ふんおく

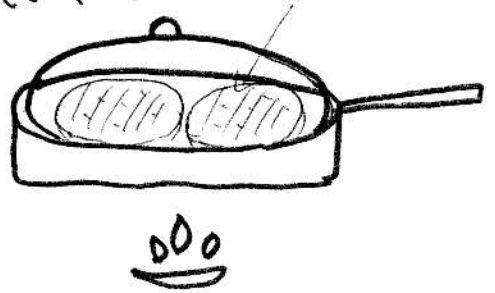
フライパンでやく

やいている面が きつねいろになるまで

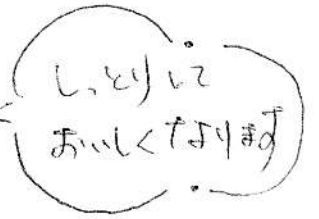


ひっくりかえして

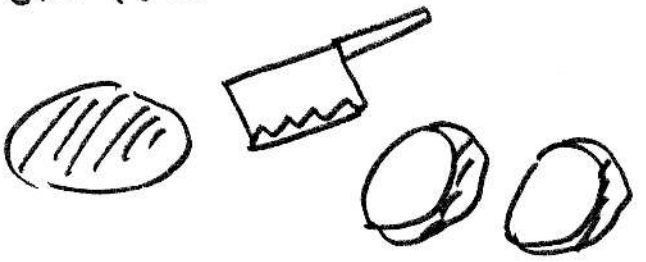
フタをしてやく



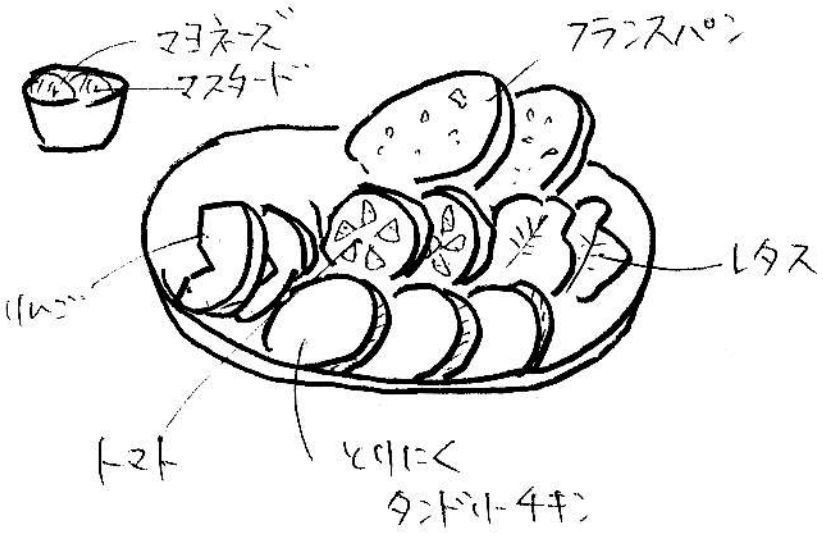
アルミホイルにつつんで
30ぷん おく

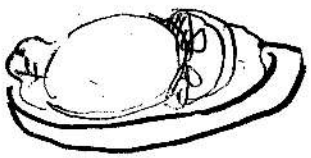


1cm はばの そぎぎり.



もりつけ





オープンサンドでも
どうぞ