

# クリスピーチキン



## 〈材料（5人分）〉

- ささみ 5本
- 塩 少々
- 小麦粉 50g程
- 水 適量
- コーンフレーク（甘くない物） 100g程
- 揚げ油 適量

## 〈作り方〉

- ① ささみは筋を取り、塩をまぶしておきます。
- ② 小麦粉と水を混ぜておきます。
- ③ ささみを②にくぐらせ、コーンフレークを付けます。
- ④ 中温に熱した油で揚げます。

コーンフレークのカリカリとした食感が楽しめるフライになっています。硬いので、小さいお子さんは、砕いて細かくしたコーンフレークを付けてあげると良いでしょう。