



作り方

1. 鶏肉の皮にフォークなどで穴を開け、厚みのあるところには切り目を入れAをまぶす。
2. 1の皮側を上にして波皿にのせ、メニューの「鶏のグリル」「冷蔵」「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



鶏肉の皮にフォークなどで穴を開け、厚みのある部分や筋には切り目を入れてください。そのまま焼くと、鶏肉が反って焦げやすくなる場合や、厚みのある部分が焦げたり、中で火が通りにくく、焼き不足になる場合があります。(鶏肉の厚さは、目安として2cm以下にしてください)
調理するときの鶏肉ののせかたは、皮側を上にして波皿の中央部にのせてください。
2枚の場合は、前後に並べてのせてください。

使用付属品
波皿

鶏のグリル

冷蔵

火力の目安
中

材料 (2枚分)

鶏もも肉 (皮付き) (1枚約250g) 2枚

A 塩・こしょう 各適量
ハーブ (生または乾燥品) (タイム・ローズマリー・マジョラムなど) 各少々

材料 (1枚分)

鶏もも肉 (皮付き) (1枚約250g) 1枚

A 塩・こしょう 各適量
ハーブ (生または乾燥品) (タイム・ローズマリー・マジョラムなど) 各少々

