

ドイツ風クリスマスチキン

(鶏肉のマーマレード焼き)

(鶏肉6枚分)

若鶏もも肉	1枚50g	6枚
┌	しょうが すりおろす	小さじ1
	にんにく すりおろす	小さじ1
A	たまねぎ すりおろす	15g
┌	しょうゆ	大さじ2強
	マーマレード	60g
	赤ワイン	小さじ2弱
油		小さじ1



- ①厚手のビニール袋にAの材料を入れ、まぜあわせる。
- ②肉を入れて軽くもみ、そのまま1時間～2時間くらい冷蔵庫で漬け込む。
- ③200度にオーブンと鉄板を温めておき、鉄板に②の肉を並べて10分くらいきつね色になるまで焼く。
(フライパンを温め両面を焼いてもよい。)

ドイツでは、オレンジをのせて焼いたチキンがクリスマスによく食べられるそうです。オーブンで焼くときに、半月に切ったオレンジを肉にのせるか、肉のわきにのせて別に焼いておいたものを盛付の際に肉にのせてみてはいかがでしょうか。