

鶏肉のシシュケバブ

**調理時間**

20分

カロリー

587kcal

材料

(2人分)

鶏むね肉 1枚

(A)

トマトケチャップ 小さじ1

カレー粉 小さじ1/2

にんにく（すりおろし） 小さじ1/2

塩 小さじ1/4

オリーブオイル 大さじ1

ししとう 4個

パプリカ（赤） 1/2個

作り方

- 1 鶏むね肉は12等分に切り、(A)をもみ込む。パプリカは、4等分に切る。
- 2 竹串に、鶏肉、パプリカ、鶏肉、しし唐、鶏肉の順にさし、オリーブオイルをまぶす。
- 3 (2)をココットプレートに置いてフタをし、「ココットプレート・タイマー設定12分」で加熱する。

《レシピ監修 ヤミー》ココットプレートdeスピードおかず いつもの調味料だけでできるトルコ料理。彩りが良いのでおもてなし料理にもおすすめです。