

# キエフ風カツレット

(2人分)



鶏むね肉	2枚
卵	2コ
牛乳	60ml
小麦粉	適量
パン粉	
揚げ油	

給仕長風バター	
バター	60g
レモン汁	少々
パセリ(みじん切り)	大1
塩・こしょう	適量
付け合せ	
グリーンピース	150g
バター	各20g
生クリーム	
塩・こしょう	適量

## 作り方

- 1 柔らかくしたバターにレモン汁・パセリのみじん切りを入れて混ぜる。
- 2 1をラップで包み、細長い棒状にして、冷蔵庫に入れて冷やし固める。
- 3 包丁で切れ目を入れて鶏むね肉を開き、ラップで挟んで肉叩きで薄くする。
- 4 3で薄くした鶏むね肉に軽く塩こしょうをして、2のバターを巻き、肉が開かないようにくしで縫う。
- 5 ボウルに卵と牛乳を入れてよく混ぜ、溶き卵を作る。
- 6 4に塩こしょうをして、小麦粉 5の溶き卵 パン粉を順番につける。
- 7 鍋にバターを入れて溶かし、グリーンピース・塩・こしょう・生クリームを入れて、少し煮詰めて付け合せを作る。
- 8 6を170℃に熱した油で揚げる。
- 9 8を切り分け、付け合せと一緒に皿に盛り付ければ完成。



## 「キエフ風」とは？

「鶏むね肉の中に合せバターを入れ、パン粉をつけて揚げたもの」を指します。キエフはウクライナの首都の名前です。

## ★ 調理のワンポイントアドバイス★

**鶏むね肉を揚げている時に、油の音が高くなったら中まで火が通ったサイン**  
油の音が高くなるのは、鶏肉で包んだバターが溶け出すためです。