

## 鶏もも肉の小悪魔風

イタリアの古典的料理です。もともとは、辛いソースで食べる鶏料理を悪魔風と呼んだそうですが、いまは、若鶏1羽を背開きにして平らな状態にしてカリカリに焼いたものを言います。鶏1羽使うのはたいへんなので、もも肉を使い小悪魔風にしてみました。

### 材料(作りやすい分量)

|            |      |
|------------|------|
| 鶏もも肉       | 1枚   |
| オリーブ油      | 大さじ1 |
| パセリ(みじん切り) | 適量   |
| 塩・黒こしょう    | 適量   |
| ローズマリー     | 2枝   |



### 作り方

1. 鶏もも肉を包丁で肉が平らになるよう整形する。(平らにして火の通りをよくする)
2. 塩・黒こしょうをする。
3. フライパンにオリーブ油をひき熱し、ローズマリーを入れ  
中火で皮を下にして鶏もも肉を入れる。
4. フライパンよりも一回り小さい鍋に水を8分目ぐらい  
入れて、鶏もも肉の上に載せ、重しにする。
5. 皮がカリカリになったら裏返し、弱火にして火を通す。竹串をさしてみ  
て澄んだしるがでたらOK。
6. 器に皮目を上にして盛り、パセリを散らす。



所要時間 20分  
主な調理器具 フライパン