

鶏むね肉のレモン焼き

材料（4人分）

鶏むね肉	300g
レモン汁	大さじ6
無塩バター	大さじ2
薄力粉	適量
塩こしょう	少々

作り方

1. 鶏むね肉をそぎ切りにする。
2. 鶏むね肉にレモン汁をかけ、5分程度置く。
裏返して再度5分程度置く。
3. 両面に塩こしょうをかけ、薄力粉をまぶす。
4. フライパンにバターを溶かし、鶏むね肉によく火が通るまで焼く。
5. お皿に盛りつけて完成！

