

## チキングリル ハーブバルサミコ風味



### 2人分の材料と分量

鶏もも肉 300g (1枚)  
バルサミコ酢 大さじ1  
オリーブオイル 大さじ1  
にんにく 1/2かけ  
バジルペースト 小さじ1  
ローズマリー、タイムなど好きなハーブ 各ひとつまみ  
塩コショウ 適量

- 1) 鶏肉は、フォークなどを適当にさし、味がしみやすくする。
- 2) ボウルに、バルサミコ酢、バジルペースト、オリーブオイル、つぶしたにんにく、ハーブ、塩コショウを入れて混ぜる。
- 3) 漬けだれに鶏肉を入れてからめ、少なくとも1時間くらい置く。
- 4) グリルで焼く。
- 5) 漬けだれをフライパンなどに入れて火を通し、焼きあがった鶏肉にかけてできあがり。