

# 鶏胸肉のロースト

鶏胸肉のローストのレシピです。鶏胸肉をローストして、ローズマリーとレモンで仕上げます。簡単で美味しいレシピです。



材料

鶏胸肉 300g～350g

ローズマリー (A)

塩

(A) 鶏胸肉 1羽

(A) ローズマリー 1束

塩 適量

ローズマリー 1束

作り方

1. 鶏胸肉を10cm程度の厚さに切り、塩を両面にまぶす。

2. ローズマリーを鶏胸肉の表面にのせ、塩をまぶす。

3. 鶏胸肉を500mlのオーブン皿に入れ、400℃で30分焼く。

4. 鶏胸肉を1cm程度の厚さに切り、塩をまぶす。(鶏胸肉の厚さに応じて調整してください)

<https://kitamura-miyuki.com/wp-content/uploads/2020/05/d7227d063449bf9e2b7a2ccdf6b851b4.mp4>



