



鶏肉400g

10分12分

(A) 100cc

(A) (90cc)

(A) 鶏肉

(A) 鶏肉

(A) 鶏肉



鶏肉 鶏肉

(A) 鶏肉



鶏肉



30 minutes. OK



minutes.



4 5. minutes



OK





