チキンロール

材料（４人分）		切り方	作り方
鶏肉	５０ｇ×４切れ		【下準備】 ・鶏肉に★の材料で下味をつける。 ①アルミホイルに肉の皮を外側にしてのせ、 チーズを巻いて包む。 ②オーブンで焼く。 （目安　２００℃　２０分）
★塩	小さじ１／４		
★こしょう	少々		
★酒	大さじ１／２		
プロセスチーズ	40g	拍子木切り	
アルミホイル	20cm×4枚		