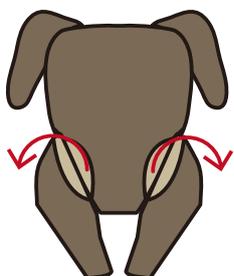


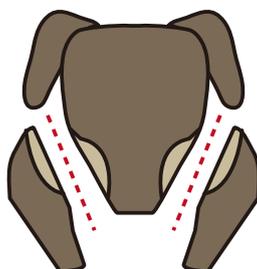
キッチンはさみを使って  
[チキンのとり分け方]

step 1



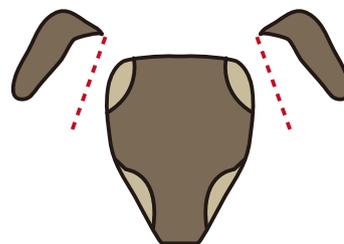
両手で両ももを持ち、  
外側に思いっきり開くように  
関節をはずす。

step 2



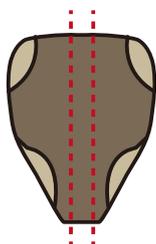
ももを1本ずつ  
ハサミできりはなす。

step 3



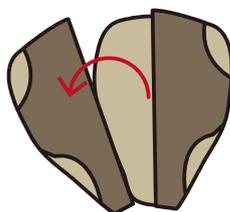
手羽をハサミでカット。

step 4



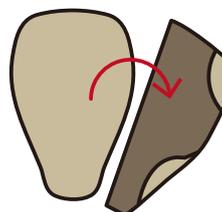
胸の中央の骨に沿って  
尾の方からハサミを  
2ヶ所入れる。

step 5



手で左側を  
引っぱってはがす。

step 6



手で右側を  
引っぱってはがす。

完成

大きく7つに分けられます。

