

レシピ紹介

* ガリバタチキン



<調理のポイント>

火を止める前にバターを追加すると、より風味が出て美味しく食べられます。

【材料:4人分】

鶏肉...200g(細かく切ります)

にんにく...5g(すりおろし)

じゃが芋...100g(1~2個 厚めのいちよう切り)

白ねぎ...80g(1/4本 斜め切り)

しめじ...50g(1/4株 2cmに切り、ほぐす)

(調味料)

醤油...大さじ1 みりん...大さじ1/3

酒...大さじ1 バター...5g(追加用+5g)

【作り方】

- 1.鍋に油をしいて、すりおろしたにんにくを炒めます。香りがたってきたら、鶏肉を加え焼き目がつく程度に炒めます。
- 2.じゃが芋→しめじ→ねぎの順に被せて、調味料と水(鍋の1/3~半分)を加えてじゃが芋が柔らかくなるまで煮ます。焦げ付かないように様子を見ながら、汁気が1/3以下になったら追加用のバターを入れ、火をとめます。