

食材2つだけ!

鶏手羽元

×

青梗菜



調理時間

30分

あっさりなのに旨味しっかり

手羽先と青梗菜の中華スープ

材料 (2人分)

鶏手羽先 …………… 4本

青梗菜 …………… 1株

しょうが …………… 1かけ

酒 …………… 大さじ1

塩 …………… 小さじ2/3

こしょう …………… 少々

ごま油 …………… 小さじ1

1 切る

青梗菜は縦に半分に切る。しょうがは薄くスライスする。

2 煮る

鍋に水500mlと鶏肉、しょうが、酒を鍋に入れ、弱火にかける。沸騰したら15分煮る。青梗菜を加え、さらに5分煮る。塩、こしょうで味を調え、ごま油を加えて火を止める。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索