

食材2つだけ!

鶏もも肉

×

大根



調理時間

15分

バターのコクがたまらない

鶏肉と大根のバター醤油炒め

材料 (2人分)

鶏もも肉 1枚

大根 5cm

小ねぎ(あれば) 1本

塩・こしょう 少々

○しょうゆ 大さじ1と1/2

○みりん 大さじ1

○にんにくチューブ 2cm

○バター 15g

サラダ油 大さじ1

1 材料を切る

大根は5mmの厚さのいちょう切りにする。小ねぎは小口切りにする。鶏肉はひと口大に切り、塩・こしょうをふる。

2 炒める

フライパンにサラダ油を入れて中火にかけ、鶏肉を両面しっかり焼き色がつくまで焼く。一旦皿に取り出し、大根を入れて両面焼き色がつくまで焼く。鶏肉を戻し入れ、○を加えて汁気がなくなるまで炒め合わせる。

3 仕上げ

皿に盛り付け、小ねぎをのせる。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索