

食材2つだけ!

鶏手羽元

×

大根



調理時間  
**35分**

甘辛いこっくり風味

## 手羽と大根の煮物

材料 (2人分)

鶏手羽元 …………… 6本

大根 ……10cm(250g程度)

しょうが …………… 1片

○酒 …………… 大さじ1

○めんつゆ(3倍濃縮)

…………… 100ml

○砂糖 …………… 大さじ1

ごま油 …………… 小さじ2

### 1 材料を切る

大根は1.5cmの厚さの半月切りにする。耐熱皿にのせてラップをかぶせ、600Wの電子レンジで5分加熱する。しょうがは薄切りにする。

### 2 煮る

フライパンにごま油を入れて中火にかけ、鶏肉を入れて皮目に焼き色をつける。水300ml(分量外)と大根、しょうが、○を入れ、煮立ったら弱火にして20分煮る。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索