

食材2つだけ!

白菜

×

鶏むね肉



調理時間

20分

ピリッと効いた柚子胡椒が味の決め手

白菜と鶏むねのフライパン蒸し柚子胡椒だれ

材料 (2人分)

鶏むね肉 …………… 1枚

白菜 …………… 4枚

○酒 …………… 大さじ1

○塩 …………… 小さじ1/4

○こしょう …………… 少々

酒 …………… 大さじ2

●ポン酢 …………… 大さじ1

●ゆずこしょう …………… 小さじ1/2

●ごま油 …………… 小さじ1

1 材料を切る

白菜は軸は食べやすい大きさのそぎ切りに、葉はざく切りにする。鶏肉は食べやすい大きさのそぎ切りにする。鶏肉をポリ袋に入れ、○で下味をつけて20分おく。

2 蒸す

フライパンに白菜の軸、葉、鶏肉を重ね、酒を回しかける。フライパンに蓋をして中火にかける。ふつふつしてきたら弱火にして10分蒸す。※鶏肉に竹串を刺し、濁った汁が出るようなら加熱時間を追加する。

3 仕上げ

2を皿に盛り付け、●を混ぜ合わせたタレをかける。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索