

『新じゃがの鶏そぼろ煮』

材料 (4人分)

新じゃが	500g
鶏ひき肉	200g
絹さや	70g
◎酒	1/4カップ
◎砂糖	大さじ3
◎薄口しょう油	大さじ2
◎しょうが汁	小さじ1
だし汁	2カップ



作り方

- ① じゃが芋は皮を良く洗って皮つきのまま半分に切り、水にさらす。絹さやはへたと筋を取ってななめ半分に切る。
- ② 厚手の鍋にひき肉とちょうみりょうを合わせて混ぜ、弱火にかけて端で混ぜてからそぼろ状にする。
- ③ じゃが芋の水気を切って加え、だし汁を注いで中火にし、蓋をしてじゃが芋が柔らかくなるまで煮る。
- ④ 絹さやを加えて2分ほど煮て器に盛る。