

H24 冬 魚沼きのこレシピコンテスト 特別賞

～ チキングリルのポン酢なめたけソース添え ～

【 材料・分量（4人分） 】

- ・鶏もも肉 1 枚 (300g)
- ・A(ポン酢 50cc、昆布茶小さじ 1/2)
- ・生しいたけ 2 枚
- ・万能ネギ、サラダ油、小麦粉、塩、胡椒 各適量
- ・ひらたけ 100g
- ・エリンギ 50g

【 作り方 】

- ①鶏肉は6～8等分に切り、軽く塩胡椒をふり、下味を付ける
- ②根元を切った生シイタケは薄く切り、エリンギは短冊切り、ひらたけは縦に裂く
- ③鶏肉に小麦粉をまぶし、多めに油をいれたフライパンで炒める
(表面がキツネ色にカリッとなるように)
- ④鶏肉を取り出し、余計な油を拭き取ったら、②を入れて炒める
- ⑤キノコがしんなりしてきたら。Aを回し入れ少し煮詰める
(塩で味を調える)
- ⑥皿に鶏肉を盛り付け、⑤をかけ、小口切りのネギを散らす

【 料理時間 】 10 分

【 考案者 】 “ミミうさぎ” さん (広島市)

【 考案者さんのコメント 】

キノコをポン酢と昆布茶でさっとにつめたさっぱりソースです。キノコの旨味がたっぷりの美味しいソースです。簡単に作れて、キノコもたっぷり頂けます。もちろんご飯のおかずにピッタリです！

