

## ～ 鶏ときのこのうま煮 ～

【調理時間】 20分

【材 料】 (4人分)

- |                   |            |             |            |
|-------------------|------------|-------------|------------|
| ・ブナシメジ 200g       | ・シイタケ 200g | ・エノキタケ 200g | ・エリンギ 200g |
| ・ナメコ 100g         | ・まいたけ 200g | ・鶏もも 1枚     | ・生姜 1枚     |
| ・たかの爪 1本          | ・インゲン 5本   | ・水 500cc    |            |
| ・しょうゆ、みりん、酒、砂糖 適量 |            | ・片栗粉 適量     | ・ほんだし      |

【作り方】

- 1 水をわかして調味料で甘辛く味付けする
- 2 鶏肉を一口大に切って片栗粉をつけて煮込む
- 3 食べやすい大きさに切ったきのこを入れて煮込む
- 4 茹でたインゲンをかざって出来上がり

【考案者のコメント】

