

～ きのご鶏鍋 ～

【調理時間】 30分

【材 料】 (4人分)

- | | | | | |
|-----------|----------|-----------|----------|------------|
| ・なめこ 200g | ・しいたけ 7枚 | ・しめじ 2袋 | ・えのき 大2袋 | ・まいたけ 200g |
| ・大根 1本 | ・大根の葉 適宜 | ・玉ねぎ 1個 | ・鶏 300g | ・塩 小2 |
| ・水 1.5L | ・白ゴマ 大1 | ・昆布 5センチ角 | | |

【作り方】

- 1 昆布を濡れ布巾で拭き、水を入れた鍋に浸しておく。
- 2 きのごを食べやすく刻んでおく
- 3 大根半分は すりおろす
- 4 大根残り半分は7～8cmにカットしたものをピラーでリボン状にする
- 5 大根の葉は4センチにカットしておく
- 6 玉ねぎ1個をすりおろす
- 7 鶏挽肉に玉ねぎを入れ白ゴマも入れ混ぜる
- 8 鍋に大根の葉を入れて火にかける
- 9 沸騰する前に昆布を取り出しておく
- 10 ひき肉を団子にして鍋に入れる
- 11 なめこを除いたきのごを入れる
- 12 鶏肉からアクが出るのでこまめに取り除く
- 13 きのごが煮えてきたらリボンの大根を入れる
- 14 塩を入れる
- 15 大根に火が通ってきたらなめことおろしを入れる

【考案者のコメント】

・蓋をして味をなじませて出来上がり♪色味が淋しいので人参等を入れてもOK

