

《汁物》鶏と大根のお吸い物



三つ葉の香りが良い汁物です。

▶材料（4人分）

鶏もも肉	100g（1/3枚）
大根	100g（4cm）
えのきだけ	20g（小1/5袋）
三つ葉	12g（6本）
☆うすくち醤油	小さじ1弱
☆みりん	小さじ1弱
☆酒	小さじ2
☆塩	小さじ1弱
だし汁	カップ2と3/4

▶作り方

- ① 鶏肉を干切りに切る。大根は6mmの扇切りに切る。えのきだけは、足の部分を切り落とし1/2の長さに切る。
- ② だし汁を入れた鍋を火にかけ、鶏肉・大根を入れ煮る。
- ③ えのきだけを加える。
※こまめにあく取りをする。
- ④ ☆の調味料を入れる。
- ⑤ 三つ葉を加える。