

鳥めし



料理特徴

上州名物の鳥めしです。たれがしみこんだ鶏むね肉のスライスが特徴です。

材料 1 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
ごはん	200g	＜鶏肉煮＞	
鶏肉煮の煮汁	適量	鶏むね肉	1枚
鶏むねスライス	100g	正田の丸大豆しょうゆ 特撰	100ml
鶏肉煮の煮汁	適量	みりん	60ml
のり	適量	砂糖	大さじ3.5
紅生姜	適量	酒	大さじ2
高菜	適量		

作り方

- ① 鍋に＜鶏肉煮＞の材料を入れ、落し蓋をして時々上下を返しながら20分程煮込む。粗熱がとれたらスライスする。スライスした肉はそのまま煮汁に漬けておく。
- ② 容器にご飯を盛り付け、①の煮汁をかけてのりを乗せる。
- ③ ②に①のスライス肉を乗せ、煮汁をかけ、紅生姜・高菜を盛り付けたら出来上がり。