

とりめし



材料 4人分

材料名	使用量	材料名	使用量
ご飯	200g	<付け合わせ>	
鶏肉煮(スライス)	90g	桜大根	適量
刻みのり	適量	きんぴらごぼう	適量
鶏肉煮の煮汁	適量		
<鶏肉煮>			
鶏むね肉	300g		
正田なましょうゆ柔	36g		
割烹わりした	300g		
水	100ml		

作り方

- ①真空タンブラーに鶏むね肉・正田なましょうゆ柔・水を入れ、タンブリングをかける。
- ②冷蔵庫で2時間以上漬け込みをする。
- ③ホテルパンに②・割烹わりしたを入れ、落し蓋をしスチコンで加熱する。
(加温オーブン: 140°C、40分、蒸気90%)
- ④③の上下をひっくり返して冷ます。冷えたらスライスし、たれをよく絡める。
- ⑤容器にご飯を盛り付け、③の煮汁をかけて刻みのりを敷く。
- ⑥④の肉を乗せ、煮汁をかける。<付け合わせ>を添えたら出来上がり。

料理特徴

正田なましょうゆ柔で漬込むことで、パサつきがちな鶏むね肉も柔らかくしっとり仕上がります。