

和風ポトフ



材料 2 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
鶏もも肉	160g	<スープ>	
じゃがいも	100g	二段熟成	5g
人参	80g	米醤油	10g
れんこん	50g	だし汁	300ml
玉ねぎ	50g	みりん	15g
しめじ	50g	チキンコンソメ顆粒	2g
ブロッコリー	30g		

料理特徴

だし感を引き立て、よりマイルドに仕上げるができます。後にのびる旨味が特徴の和風ポトフです。

作り方

- ①鶏もも肉とじゃがいもは一口大、人参は乱切り、れんこんは2cm厚さの半月切り、玉ねぎはくし切りにする。しめじとブロッコリーは小房に分ける。
- ②鍋に食材と<スープ>を加え、蓋をして食材がやわらかくなるまで煮る。
- ③全体に火が通ったら器に盛り付け出来上がり。