

親子丼



料理特徴

だし感・卵の甘味を十分引き出した親子丼です。卵の色合いも綺麗で上品な親子丼に仕上がります。

材料 1人分

材料名	使用量	材料名	使用量
<親子丼・1人分>		<調味液>	
ご飯	220g	正田なま醤油	46
鶏もも肉	30g	味醂	6
溶き卵	55g	砂糖	28
玉ねぎ	25g	鰹節エキス	3
三つ葉	2g	塩	0.2
調味液	34g	水	16.8
水	50ml	(合計)	100

作り方

- ① 井用鍋に<調味液>を入れ沸騰させる。沸騰後、一口大に切った鶏肉・玉ねぎを加えて加熱する。
- ② 鶏肉にだいたい火が通ったら溶き卵を流し入れ、三つ葉を散らし蓋をして1分加熱する。
- ③ 丼にご飯を盛り、②をのせて出来上がり。