

WELCOME TO OISIX CHRISTMAS 2014

We wish you merry christmas

Oisix
おいしくす

ミニ丸鶏のたのしみ方

3ステップで簡単 ローストチキン

解凍して漬け込むだけ！意外に簡単なんです。

Step 1



丸鶏を解凍後、「漬けて焼くだけ簡単ローストチキンのたれ」、もしくは下記の調味料と丸鶏を密閉袋に入れる。

醤油 …… 2カップ 砂糖 …… 2/3カップ
みりん …… 1/3カップ 塩 …… 大さじ2
水 …… 3と1/3カップ

Step 2



密閉したまま半日～1日漬け置きをする。

※「漬けて焼くだけローストチキンのたれ(ハーブ)」は塩味が強いので、2時間～3時間がおすすめです。

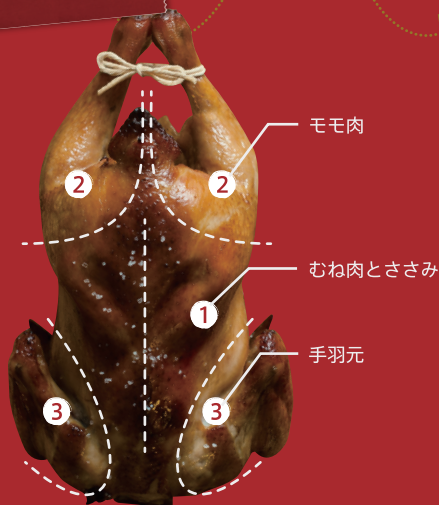
Step 3



200度のオーブンで約30～40分焼いて完成！

丸鶏の ほぐし方

はじめてでも大丈夫！部位ごとのおいしさの違いをおたのしみください。



Step 1



中心は、骨のため少しずらして、骨に沿ってナイフを入れ親指入れて広げるように外していきます。

Step 2



モモ肉の付根に沿ってナイフを入れます。もも肉は、関節でつながっているだけです。少しナイフを入れると簡単に外れます。

Step 3



手羽の付根(手羽元)の関節部分に沿ってナイフを入れます。

※手を切らないようご注意ください。

残った丸鶏を アレンジ

ローストチキン・スープ・サンドイッチ、3種類おたのしみいただけます。



丸鶏の野菜スープ

材料

残った丸鶏 …… 1羽 オリーブオイル …… 適宜
セロリ …… 1本 お好みでニンジン、プチトマト
たまねぎ …… 1個 などのお野菜やショート Pasta など

作り方

- 残った丸鶏が入る鍋を用意し、ローストチキンと水を入れます
- 適量に切った野菜を入れて、鶏の旨みが出るまで弱火で煮ます(最初は強火で、煮立ったら弱火にしてください)
- 仕上げに半分に切ったプチトマトを入れ、お皿に盛り付けます
- お好みでショート Pasta を加えればランチの一品にもなりますよ！

ほぐした
ローストチキンで
サンドイッチも
楽しめます。

