

👑 ゆず香る!越前白山鶏のうま塩鍋

お届けする食材

越前白山鶏モモ(冷凍)	1パック
えのき	1/2パック
白菜	2/3パック(約230g)
ゆず	1/2個

※ゆずは写真のように輪切りにして使うので、横に切り分けます。

ご用意いただく食材

●水	500ml
●和風顆粒だし	大さじ1
●酒	大さじ1
●塩	小さじ1/2
(お好みで)黒こしょう	適量

👑 ジューシー赤かぶの味噌マヨディップ

お届けする食材

赤かぶ	1/2パック
-----	--------

ご用意いただく食材

★白すりごま	大さじ1
★味噌	大さじ1/2
★マヨネーズ	大さじ1

👑2 パプリカのカラフルたまご焼き

お届けする食材

赤パプリカ	1/4個
-------	------

ご用意いただく食材

たまご	2個
■塩	ふたつまみ
■和風顆粒だし	小さじ1
■水	大さじ2
サラダ油	大さじ1

作り方

👑 1 鶏肉を解凍する

- ・鶏肉(冷凍)は袋に入れたまま流水解凍する。

👑2 2 たまご焼きの下ごしらえをする

- ・赤パプリカは横に薄切りにし、耐熱容器に入れラップをかけ、電子レンジ500Wで30秒加熱する。

👑 3 鍋の食材を煮込む

- ・両手鍋に●を入れて火にかける。
- ・えのきは4等分程度に手で割く。白菜は5cm角程度のざく切りにする。ゆずは5mm厚さの輪切りにする。鶏肉はひと口大に切る。
- ・●が沸騰したら、鶏肉、白菜、えのきを入れ、再び沸騰したらアクをとり、ふたをして弱めの中火で10分煮る。

👑4 4 味噌マヨディップを作る

- ・赤かぶは皮つきのまま1cm幅のくし切りにする。
- ・小鉢に★を混ぜ、ディップソースを作る。
- ・赤かぶを器に盛り、ディップソースを添えて完成。

👑2 5 たまご焼きを作る

- ・ボウルにたまごを割り溶いて、赤パプリカ、■を入れてよく混ぜ、たまご液を作る。
- ・フライパン(あればたまご焼きフライパン)にサラダ油(大さじ1)を熱し、だし巻きたまごを作る要領でたまごを焼いたら完成。

👑 6 鍋を仕上げる

- ・鶏肉に火が通ったら、ゆずを鍋に加えて完成。

Point▶ ゆずはお好みで量を加減しても、箸で潰して果汁を出しながら召し上がれ。また、お好みで黒こしょうを振るとアクセントになりますよ。

できあがり!



写真の主食「ゆず香る!越前白山鶏のうま塩鍋」は2人前量になります。