

八木澤商店の丼もののたれを使って

## 鶏そぼろ丼

### 材 料 (6人分)

鶏ひき肉 (もも) . . . . . 400 g

八木澤商店の丼もののたれ . . . . . 大さじ5

生姜 . . . . . 小1かけ (すりおろして小さじ1)

ご飯 . . . . . 適量

梅酢生姜 . . . . . 適量

### 作りかた

- 1 なべにお湯をよく沸騰させた中に鶏ひき肉を入れてかきまぜ、ひき肉がほぐれたら、ざるにあげてお湯をきる。  
※このひと手間で鶏の生臭みがなくなる上、細かいそぼろになる。
- 2 間をおかずにひき肉を鍋に戻し、丼もののたれを加え、炒り煮にする。汁けが少なくなったら、すりおろした生姜のしぼり汁を加える。  
※生姜が鶏の風味をひきたてる。
- 3 ご飯の上にたっぷりのせ、梅酢生姜を添える。

### いり卵をのせるなら

材 料 卵 . . . . . 5個

塩 . . . . . 小さじ1/2

サラダ油 . . . . . 少々

作り方 : 卵をよく割りほぐし塩を加え、サラダ油をしいたフライパンで煎り卵にする。

### 菜の花のお浸しをのせるなら

材 料 (作りやすい量) 菜の花 . . . . .

1束

浸し地 だし汁 . . . . . 50ml

うすくち醤油 . . . . . 大さじ1

作りかた : 菜の花をゆでて 2~3 センチに切り、水けをしぼり、浸し地に 20 分浸す。