

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。