



- 1 鍋にたれと水700～800ccを入れて中火にかける。かるく煮立ってきたら、鶏肉を入れる。

ポイント 好みに合わせて、濃いめの味、薄めの味を水加減で調整してください。



- 2 白菜、椎茸、かぶ、人参を入れ、ふたをして10分程煮る。

ポイント 火が通りにくい具材から、先に煮ていきます。



- 3 水菜と、食べやすい大きさに切った豆腐を入れ、3分程煮る。

ポイント 煮えたものから、取り分けていただきます。



おすすめの薬味やシメ

一味や七味唐辛子、すりごまなどがよく合います。

最後のシメは、うどんや雑炊がおすすめです。その他、蕎麦やお餅を入れてもよく合います。



お届けの食材 ※野菜は洗浄済み

鶏もも肉	120g	椎茸	30g
かぶ	150g	豆腐	150g
水菜	30g	たれ(鴨鍋用わりした)	1袋
白菜	150g		
人参	20g		

ご用意いただく食材

水	700～800cc
---	-----------

今回のメニューを手軽に再現

上記の食材を準備し、手順は左記のレシピを参照してください。

たれ

しょうゆ	大さじ1・1/2
酒・みりん	各大さじ1
砂糖	小さじ1
和風顆粒だしの素	小さじ2
塩	小さじ1/2

作り方

- たれの材料を容器に入れてよく混ぜ合わせる。
- 鶏肉は食べやすい大きさに切る。
- かぶは大きめの乱切りにする。白菜は2～3cm幅のざく切りにし、水菜は4～5cm長さのざく切りにする。人参は4cm長さの薄切りにし、椎茸は石づきを切って4等分に切る。

作り方は下準備と手順1～4を参照してください。

一言コメント

小かぶを使う場合は、縦4～6等分のくし切りにしましょう。