

鶏肉と大根の照り煮

こっくりと大根をおいしく煮上げました



材料(4人分)

鶏もも肉	……	400g
酒	……	大さじ 2
しょうゆ	……	大さじ 1
大根	……	1本(約 1kg)
にんじん	……	1/2本
ごま油	……	大さじ 1 1/2
水	……	400ml
<合わせ調味料>	……	400ml
酒	……	大さじ 1
みりん	……	大さじ 2
しょうゆ	……	大さじ 2
砂糖	……	大さじ 1

作り方

- 1 鶏肉は、一口大に切り、酒、しょうゆをもみ込み下味をつけておく。
- 2 大根は、乱切り、にんじんは輪切りにする。
- 3 鍋にごま油大さじ1を熱し、1の鶏肉を入れて全体に色づくまで炒めて取り出す。
- 4 3の鍋をきれいにして、ごま油大さじ1/2を熱し、2を入れて炒め、合わせ調味料を加え、大根が柔らかくなるまで煮る。
- 5 鶏肉を戻し入れ煮汁が少なくなるまで強火で煮る。