



# 鶏めし



(材料) 4人分

- |        |        |        |        |
|--------|--------|--------|--------|
| • 米    | お茶碗4杯分 | • 酒    | 大さじ1/2 |
| • 鶏もも肉 | 100g   | • しょうゆ | 大さじ1   |
| • 油あげ  | 1枚     | • みりん  | 大さじ1/2 |
|        |        | • 砂糖   | 少々     |

(作り方)

- ① 米は普通に炊く。
- ② 鶏肉は一口大に切り、油揚げは少し大きめの干切りにする。
- ③ 鍋に鶏肉と油揚げを入れて炒め、調味料を入れて煮る。
- ④ 汁気がなくなったら火からおろし、①のごはんと混ぜ出来上がり！！

\*簡単ですからぜひ挑戦してみてください。

さくらぎこぱん