



「鶏肉とじゃがいもの トマトしょうゆ煮」



鶏もも肉 300g は 7~8 等分に切って鍋に入れ、
しょう油大 1.5 を揉み込んで 7 分間ほどおき、下味を付ける。
じゃがいも 200g~ は一口大に切り水にさらす (1~2 分)
トマト 2 個 300~400g はヘタを取り 4~6 等分の少し大きめに切る。
鶏肉の入った鍋に肉のすき間を埋めるようにじゃがいもを加え、トマトを上のにせる。
水大 4~5 を加え、蓋をし中火にかけて 10 分ほど煮る。
じゃがいもの芯が残っていない事、鶏肉に火が通った事を確認し、うつわに盛り付けて出来上がり。

- * 鶏肉の下味に刻んだニンニクまたは生姜を加えても美味しいです。
- * 下味にオイスターソースを少量加えても美味しいです。
- * 写真は仕上げに粗挽き黒胡椒をパラバラし、ピリッとさせました。



ゆきやのInstagram

是非、ゆきやのお野菜を使ったお料理を、#ゆきや
#yukiya808 @ゆきやなどを付けて投稿してください。
皆様の投稿、お待ちしております!

ゆきや本郷店

文京区本郷2-28-1-1F

☎ 03-5801-0880