



12/2 (金) かしわ蕎麦 (オイさん)

(材料1人分)

鶏もも肉：小1枚

A { チョーコー九州だし寄せ鍋つゆ：1袋
水：200ml

蕎麦(乾麺)：100g

(薬味)

長ねぎ(薄切り)：大さじ1

- ① 鍋にAを合わせて鶏肉の皮を下にして入れ、火にかける。
- ② ①の鍋が沸騰したら、弱火にして、鶏肉を裏返し、さらに2分煮る。
- ③ ②の鍋の鶏肉を裏返し、火を止め、蓋をして、余熱で火を入れる。
- ④ 別鍋にたっぷりの湯を沸かして、蕎麦を入れ、吹きこぼれないような火加減で3分ほど茹で、茹であがったらザルに上げて水で洗う。
- ⑤ ③の鶏肉を取り出し、食べやすい大きさに切る。
- ⑥ 器に④のそばを入れ、⑤の鶏肉をのせ、残ったつゆをはり、長ねぎをのせる。

レシピはNBCアプリまたは<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。