

## 12/14 (木) 鶏手羽のみかん醤油焼き (福岡 由香さん)

(材料2人分)

- 鶏手羽先：8本
- 塩こしょう：少々
- 温州みかんの薄切り：1個分
- サラダ油：大さじ1

(タレ)

- A 濃口醤油：大さじ1/2
- 酒：大さじ1/2
- ハチミツ：小さじ1
- 温州みかんの果汁：大さじ3 (2個分)

(仕上げ)

黒こしょう：お好みで

(付け合わせ)

リーフレタス：適量

- ① みかんをよく洗って、2個は果汁を絞り、1個は皮ごと輪切りにする。
- ② 手羽先は関節から切り落として、耐熱皿に重ならないようにのせ、塩こしょうをふって、ふんわりとラップをかけ、レンジで3分加熱する。
- ③ フライパンにサラダ油を中火で熱し、②の手羽先を皮目からこんがり焼いて、両面に焼き色をつける。①の輪切りみかんも一緒に焼く。
- ④ ボウルにAを入れ、よく混ぜ合わせてタレを作る。
- ⑤ ③の手羽先がこんがり焼いたら、④のタレを加えて絡め、最後に①のみかん果汁を回しかけて、汁気がほぼ無くなるまで、タレをスプーンで何度か手羽先に回しかける。
- ⑥ ⑤に照りが出たら火を止め、器に盛って、リーフレタスを飾り、仕上げにお好みで黒こしょうをふる。

レシピはNBCアプリまたは<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でご覧いただけます。