

# フライパンでホルモン焼のたれ 「鶏大根」レシピ



材 料		分量 ( 2 人前)
フライパンでホルモン焼のたれ		100.00 g
鶏もも肉		200.00 g
大根 1/3		260.00 g
水		200.00 cc
※たれ1に対し、2倍の水で希釈します。		

## 手 順



① 大根は皮を厚くむき、いちよう切りにします。写真の食材は2人前です。



② 熱したフライパンに、油を入れ、強火で鶏もも肉を両面きつね色になるまで炒めましたら、いったん別皿に取り出しま



③ 次に大根を中火～弱火で焦がさないよう、よく炒めます。



④ 大根を炒めましたら、鶏肉を戻して、水を入れてひと煮たちさせてから、たれを加え、フタをして弱火～中火で煮込みま



⑤ 15分～20分程度煮込んで下さい。



⑥ 完成です。

