

鶏すきうどん

みんな大好きなすき焼きをとり肉で。

お鍋一つで野菜もお肉も食べられる鶏すきうどん。

鶏肉のうまみたっぷり、甘辛醤油だしがしみたうどんを卵につけて召し上がれ！

<材 料> 2~3人分

- | | |
|-------------|-------|
| ・とりモモ肉 | 1枚 |
| ・白菜 | 1/6株 |
| ・えのき | 1パック |
| ・しいたけ | 3個 |
| ・春菊 | 1/2袋 |
| ・ねぎ | 1本 |
| ・麩 | 100g |
| | |
| ・しょうゆ | 60cc |
| ・酒 | 40cc |
| ・みりん | 40cc |
| ・さとう | 大さじ1 |
| ・水 | 200cc |
| | |
| ・たまご (お好みで) | |



<作り方>

- ① とり肉はそぎ切り、野菜を食べやすい大きさにカットして麩は水に浸しておく。
- ② 調味料を全て土鍋に入れ、とり肉を加え火をつける。
- ③ とり肉におおむね火が通ったら、野菜と麩を加えて煮る。
- ④ 別の鍋に湯を沸かし、うどんを5分煮てざるにあげる。
- ⑤ ③にうどんを加え、3分ほど煮てうどんに味がしみたらできあがり。
- ⑥ お好みで溶き卵にくぐらせて。