



“ほろほろとろける” 鶏手羽のポンジュース煮

ポンジュースの新たな魅力

NEW CHARM POINT

ポンジュースで煮込んだこってりつややかな手羽元料理。

さっぱり風味の甘辛タレがしっかりとしみ込んでいるので、白いご飯にも合います。



作って Eating!
食べてみました。

時間は少々かかりますが、「焼いて煮る」だけなので作業としてはとても簡単です。さっぱりとしたポンジュースの風味が隠し味となっていて、次から次に箸が伸びる一品です。

▶ 作り方

1. 卵はゆで卵にする。にんにくはみじん切りにする。
2. フライパンを熱してサラダ油をひき、鶏手羽元の皮側から焼く。
3. 鶏手羽元が両面に焼けたら、厚手の鍋に鶏手羽元・ゆで卵・ポンジュースを入れる。具材全体が浸かる程度に水を注ぎ入れる。
4. にんにく・しょうゆ・砂糖を加え、アルミホイルで蓋をし、約30分程度煮込む。
5. 鶏手羽元が柔らかくなったら、具材を取り出し、こがさないように汁を煮詰める。味見をしながら、お好みでしょうゆ・砂糖・みりんを加える。
6. 鶏手羽元・卵を器に盛り、煮汁をかけてできあがり。

▶ 一口メモ

手羽先・手羽中でも美味しく作れます。

▶ 材料(4人分)

- 鶏手羽元 …………… 8本
- 卵 …………… 4個
- サラダ油 …………… 適量
- ポンジュース …………… 350ml
- 水 …………… 50ml程度
- にんにく …………… 小3片
- しょうゆ …………… 大さじ6
- 砂糖 …………… 大さじ3
- みりん …………… 大さじ2

