



“ほのかな酸味が決め手” ポン天津飯

ポンジュースの新たな魅力

NEW CHARM POINT

ふんわり卵にポンジュースが隠し味のあんかけがとろーりかかった天津飯。
爽やかな柑橘風味が食欲をそそるので、暑い日にも、ペロリと食べられます。

香り

彩り



作って *Eating!*
食べてみました。

あんかけは、甘酢あんと醤油あんの中間くらいの味に仕上がるので、2種類の天津飯を食べている様な得した気分です。卵をふんわりすることにより、一層美味しく出来上がります。

▶ 作り方

1. 【あん】
鍋に水、ポンジュース、砂糖、酒、鶏がらスープの素、オイスターソース、薄口しょうゆ、塩を入れ、沸騰させる。沸騰後、水溶き片栗粉を少しずつ加え、とろみをつける。ちょうどよいとろみがついたところで、ごま油を加える。
2. ボウルに卵を割り、ほぐしたかにかま、鶏がらスープの素、塩を入れ、よく混ぜる。
3. フライパンに大さじ1の油を熱し、[2]の卵液半量を入れる。箸でくるくるとかき混ぜながら、丸くふんわりと半熟状態に仕上げる。
4. 皿の真ん中にご飯をおき、[3]のたまごをのせる。
5. [1]のあんをかけ、グリーンピースをちらして、できあがり。

▶ 一口メモ

・かにかまの他に、小エビやタケノコ、ホタテを使っても美味しいです。

▶ 材料(2人分)

- ごはん…………… 300g
- グリーンピース …… 大さじ2
- ▷ あん
 - 水 …………… 200cc
 - ポンジュース …… 100cc
 - 砂糖 …………… 大さじ1
 - 酒 …………… 大さじ1
 - 鶏がらスープの素 …… 小さじ2
 - オイスターソース …… 小さじ1
 - 薄口しょうゆ …… 大さじ1/2
 - 塩 …………… ふたつまみ
 - ごま油…………… 小さじ1/2
- ▷ 水溶き片栗粉
 - 片栗粉 …………… 大さじ1
 - 水 …………… 大さじ2
- ▷ 卵
 - 卵 …………… 4個
 - かにかま …… 50g
 - 鶏がらスープの素 …… ふたつまみ
 - 塩 …………… ひとつまみ
 - サラダ油…………… 大さじ1×2回

