

甘辛い味で食欲をそそる

手羽先の甘辛煮



調理時間 約 45分

材 料 4人分

作り方

手羽先 12本

A [酒 大さじ1
しょうゆ 大さじ1

椎茸(干) 3枚
にんじん 小1本
ゆで大豆 150g
油 適量

B [水 1/2カップ
椎茸の戻し汁 1/2カップ

B [酒 大さじ4
しょうゆ 大さじ4
砂糖 大さじ4

1. 手羽先は関節を切り裏側の骨に沿って切れ目を入れてAをふります。

2. 戻した干椎茸はそぎ切り、にんじんは1cm厚さに切ります。

3. 鍋にサラダ油を熱して1を両面色よく焼き、ゆで大豆、2、Bを入れ、落とし蓋と蓋をして中火で15分加熱、消火。5分減圧。