



ゆで鶏のねぎソース

ゆで汁ごとさますことが、おいしく作る秘訣

食 材 量 (2 人 分)

鶏胸肉	1 枚 (200g)
ねぎ (青い部分)	10 cm
しょうが	1 片
酒	大さじ 2
【ねぎソース】	
ねぎ	2 本
にんにく	1/2 片
しょうが	10g
ポン酢しょうゆ	大さじ 2
ごま油	大さじ 1

■作り方■

- ① 鶏胸肉に塩・こしょう各少々 (分量外)、酒をふり、ねぎ (青い部分) としょうが (スライス) と一緒に、5分ほどゆでて、汁ごとさます。
- ② ねぎソースを作る。フライパンにごま油を熱し、みじん切りにしたねぎ、にんにく、しょうがを炒める。火を止め、ポン酢しょうゆを加える。
- ③ ①を切り、器に盛り、②をかける。

