

鶏手羽元のさっぱり煮 ゆで卵と野菜のトッピング

【材料2人分】

| | | |
|----------|------|------|
| 鶏手羽元 | 4本 | |
| A | しょうゆ | 大さじ1 |
| | 酢 | 大さじ1 |
| | みりん | 大さじ1 |
| | 水 | 大さじ1 |
| ゆで卵 | 1個 | |
| なす | 1本 | |
| 揚げ油 | 適量 | |
| 小松菜 | 1/3袋 | |
| せん切りしょうが | 少々 | |

【作り方】

- ① 鶏手羽元とAの調味料・水を小鍋に入れ、中火にかける。沸騰したらふたをして、弱火で15分程度時々返しながら煮詰める。
- ② なすはひと口大に切って素揚げにする。小松菜は3～4cmに切り、手羽元が仕上がる少し前に卵とともに入れてさっと煮る。
- ③ ゆで卵を半分に切り、鶏手羽元と野菜と一緒に盛り付け、煮汁をかけてしょうがの千切りをのせる。