

レシピ: ハーブチキンのバルサミコソース温野菜添え

ジャンル

肉類 洋

ハーブチキンのバルサミコソース温野菜添え



材料

鶏手羽先	6本
ハーブチキンシーズニング	10g
ココナッツオイル	大2
かぼちゃ	薄切り4枚
かぶ	1/4個
しめじ	1/4株
スナップエンドウ	8個

作り方

- ①鶏肉にシーズニングをまぶして15分ほどねかす
- ②スナップエンドウはすじをとり、塩少々で茹でる。
- ③かぼちゃ、かぶ、しめじは、軽く塩こしょうしてソテーする。
- ④フライパンにココナッツオイル大さじ2をいれ、手羽先を良く焼きあげる。皿に盛って甘酢あんを線引きする。

調理時間

30分

分量

2人分

製品番号・製品名



季節

春夏秋冬

商品部類

南蛮・甘酢たれ

35921 バルサミコ酢仕立ての甘酢あん