

## 鶏のハリハリ鍋



### 材料 (3~4人分)

鶏もも肉	400g
水菜	300g
ショウガ	30g
[スープ]	
水	700mL
酒	100mL
白だし	大さじ2
しょうゆ	大さじ1

### ①

水菜は根元を切り落とし、5cm幅に切る。ショウガは皮付きのまま千切りに、鶏もも肉は一口大に切る。



### ②

鍋にスープの材料とショウガを入れ強火にかける。ひと煮立ちしたら鶏もも肉を入れ、火が通るまで中火で約5分煮る。



③

水菜を加え、サッと火を通したら出来上がり。



### POINT !

水菜はシャキシャキした食感が残るよう、火を通し過ぎないように。

### ちょっとアレンジ

×は雑炊、麺どちらも合います。溶き卵を流し入れても、おいしくいただけます。

鶏もも肉の代わりに豚しゃぶやブリ、タラ、鮭を使っても◎です。