



4/3 (火) 炊飯器で手羽煮とスフレチーズケーキ

(材料 2 人分)

<手羽煮>

鶏手羽先：6 本

生姜（皮付きのままスライス）：1 かけ

にんにく（皮付きのまま）：2 かけ

 A {

- 酒：大さじ 3
- みりん：大さじ 2
- 醤油：大さじ 2
- 砂糖：大さじ 1

<スフレチーズケーキ>

クリームチーズ：200 g

 B {

- たまご：2 個
- 生クリーム：1 カップ
- 砂糖：60 g
- レモン汁：少々
- 小麦粉：大さじ 2

- ① <手羽煮>を作る。鶏手羽は皮にフォークで穴を開けて、生姜・にんにく・A と共に炊飯器へ入れてスイッチオン！少し蒸らして出来上がり。

* ゆでたまごを入れても美味しいですよ。にんにくの臭いが気になる方は入れなくてもOKです。

- ② <スフレチーズケーキ>を作る。ボウルに室温に戻したクリームチーズを泡立て器でクリーム状にしたら B を入れてダマがなくなるまでよく混ぜて炊飯器で炊く。（一度で炊けない場合はもう一度炊く）。炊けたらしばらく蒸らして出来上がり。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
 またくインターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。