



2/13 (水) ソース de 究極の親子丼 (オイさん)

(材料2人分)

鶏もも肉：100g

たまご：2個

ごはん：適量

 A {

- チョコー金蝶ソース：大さじ1
- みりん：大さじ2
- 鶏がらスープ：大さじ3

- ① 鶏肉はぶつ切りにする。
- ② 鍋に A を入れて、軽く煮立たせたら、①の鶏肉を入れて煮る。
- ③ たまご 1 個は白身と黄身に分ける。ボウルにたまご 1 個と分けた白身 1 個分を入れて溶く。黄身 1 個分は取っておく。
- ④ ②の鶏肉に火が入ったら、③のたまご液を流し入れ、ふたをして、10 秒ほど待つ。
- ⑤ ごはんを盛った丼に、④を流し入れ、中央をくぼませて、③の卵黄を中央に落とす。

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<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。