

## 5/21 (木) 新じゃがと鶏肉の黒糖マスタード焼き (加藤 奈美さん)

(材料2人分)

{ 鶏もも肉：1枚  
塩・こしょう：各適量  
新じゃがいも：大1個  
サラダ油：小さじ1

{ 黒糖：15g  
濃口醤油：大さじ1弱  
粒マスタード：大さじ1

(付け合わせ)

レタス：適量

新たまねぎ：適量

ミニトマト：適量

パン：適量

- ① 鶏肉は食べやすい大きさに切り、軽く塩・こしょうをする。じゃがいもは皮付きのままくし切りにして、水に晒し、水気をよく拭き取る。付け合わせの野菜とパンは食べやすい大きさに切る。
- ② フライパンにサラダ油をひき、①の鶏肉とじゃがいもを入れてしっかりと火を通す。
- ③ ②のフライパンの鶏肉とじゃがいもに火が入ったら、黒糖を入れて溶かし、濃口醤油を入れて絡める。
- ④ ③のフライパンの火を消し、粒マスタードを入れて混ぜ合わせる。
- ⑤ 器に④を盛り、①の野菜とパンを添える。

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