



## 12/24 (木) ダブルチーズで洋風鶏つくね (福岡 由香さん)

(材料2~3人分)

鶏ひき肉：200g

A { 中嶋屋本店  
うまかだし「焼あごだし」：5g  
おろし生姜：小さじ1  
溶きたまご：1/2個  
片栗粉：大さじ1

B { にんじん：25g  
大葉：2枚  
ベビーチーズ：2個

サラダ油：大さじ1

(たれ)

C { 中嶋屋本店  
うまかだし「焼あごだし」：5g  
濃口醤油：大さじ1と1/2  
みりん：大さじ1と1/2  
酒：大さじ1と1/2  
砂糖：大さじ1  
水：大さじ1

スライスチーズ：3枚

(飾り)

パセリ(南天の葉)：適量

あればクコの実：5~6粒

- ① (下準備) にんじんは皮をむいて粗みじん切りにして、大葉は千切りにする。ベビーチーズはさいの目切りにする。スライスチーズは半分に切る。クコの実はぬるま湯で戻す。うまかだし「焼あごだし」は袋から出しておく。
- ② ボウルに鶏肉と A を入れて粘りが出るまでスプーンでこねて混ぜ、B を加えて混ぜる。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、②を6等分して、スプーンで成形しながら入れ、中火で焼き色がつくまで両面焼く。
- ④ ボウルに C を混ぜ合わせておく。
- ⑤ ③のフライパンの火を弱火にし、④を加えて絡ませ、スライスチーズをのせて、蓋をして1~2分蒸し焼きにする。
- ⑥ ⑤のチーズが溶けたら器に盛り、クコの実を散らし、パセリ(南天の葉)を飾る。

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