



長崎 県

なかしま

9/9 (木) 敬老の日に

マヨネーズメンセン

麻油鶏麵線

(ロク・ホンチュウさん)

(材料2人分)

鶏手羽元：6本

A { 生姜：30g
ごま油：大さじ2B { クコの実：10g
料理酒：100ml
水：600ml

中嶋屋本店「百歳だし」：1袋

そうめん：2束

たまご：2個

(仕上げ)

ごま油：小さじ2

三つ葉：少々

- ① 鶏手羽元はフォークで数か所刺し、洗って水気をよく拭き取る。生姜は薄切りにする。そうめんは表示時間通り茹でて、ザルに上げ、冷水でよく洗い、水気を切る。たまごは水から18分ほど茹でて殻をむいておく。
- ② 鍋に A を入れて焦がさないように炒め、香りが出たら、①の鶏手羽元を入れて、表面に軽く焼き色がつくまで炒める。
- ③ ②の鍋に B を入れて、ひと煮立ちしたら、弱火にして、肉が柔らかくなるまで30分ほど煮込み、だしパックを取り出す。
- ④ 器に①のそうめんと③を盛り、①のゆでたまごを入れ、最後にお好みでごま油をかけて、三つ葉を飾る。

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、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。