

鶏モモ肉と野菜の五香粉煮込み

分量

2人前

所要時間

40分

配合

メインメニュー)	具材)	鶏モモ肉	235g	(1枚)	
		人参	50g	(2分の1)	
		大根	50g	(5cm)	
		胡瓜	50g	(1本)	
		玉葱	50g	(2分の1)	
		茄子	50g	(1本)	
		調味料)	胡麻油	5g	
			おろしにんにく	10g	
			おろし生姜	10g	
			醤油	15g	
日本酒	15g				
	五香粉	10g			
サイドメニュー)	具材)	キャベツ	120g	(8分の1)	
		セロリ	60g	(2分の1)	
	調味料)	塩	2g		
		酢	10g		
		胡麻油	10g		
トッピング)	具材)	卵	2個		

工程

< イメージ >

ワンプレート ごはん

