

おでん大根と鶏手羽のカレー煮

<< 大根にカレー粉が加わったコクのある味わい！ >>



----- 材 料 (2 人分) -----

おでん大根	1/3 本 = 300 g
鶏手羽元	4 本
ニンニク	1 片
生姜	1 片
カレー粉	小さじ 1
サラダオイル	大さじ 1

A

}	砂糖	大さじ 1/2
	塩	小さじ 2/3
	日本酒	大さじ 1
	水	1 カップ
	ブラックペッパー粗挽き	小さじ 1/4

----- 作 り 方 -----

- ① おでん大根は 3 cm 幅に切って皮をむき、さらに 6 等分に切る。
- ② ニンニクと生姜は、千切りにする。
- ③ 鍋にサラダオイルを熱し、鶏手羽元を入れ、全面に焼き色を付ける。②、カレー粉を加えてさっと炒める。
- ④ 大根、A を加え、沸騰したらアクをすくう。蓋をして弱火に落とし、途中、上下を返して 15 分程煮込む。

※POINT

鶏手羽元をしっかり焼くと臭みがでません。

