

## とっておきレシピ RECIPE

### 鶏の梅シソ和え



#### 材料

(2人前)

くろっぺ[黒豆モヤシ](100g)

鶏ささ身(茹でて、さいておく)(100g)

シソ(千切り)(1枚)

(A)

水(100ml)

麵つゆ濃縮タイプ(大さじ1)

うすくち醤油(大さじ2)

みりん(大さじ2)

(B)

水(50ml)

麵つゆ濃縮タイプ(小さじ2)

梅肉(大さじ2)

白ごま(大さじ2)

#### 作り方

1. だし汁の調味料A、調味料Bはそれぞれのボールに混ぜておく。
2. 鶏ささ身を調味料Aのボールの中に入れておく。
3. くろっぺを硬めに茹でる。\*熱湯で20秒ほど。
4. くろっぺの水気を切り、調味料Bのボールの中に入れ、よく混ぜる。
5. 皿にくろっぺを盛り、その上に鶏ささ身をのせ、シソをのせて、出来上がり。