

若鶏とキノコのクリーム煮込み

〈材料〉

・鶏もも肉	2枚	・ニンニク	1コ
・玉ねぎ	1/4コ	・生クリーム	200cc
・エリンギ	1本	・鶏のだし	500cc
・ブロッコリー	1/4コ	・白ワイン	50cc
・しめじ	1/2株	・小麦粉	適量
・マイタケ	1/2株	・塩、コショウ	適量
・えのき	1/4コ	・オリーブ油	適量
・マイタケ	1/2株		

1. 鶏もも肉、キノコ類を適当な大きさにカットする。玉ねぎをスライス、ニンニクをみじん切りにする。
2. 鶏肉の両面に塩をふり小麦粉をまぶす。
3. 油をしいたフライパンを熱し、皮面から先に鶏肉の両面を焼く。焼き色がついたら取り出す。
4. 3のフライパンでスライスした玉ねぎをしんなりするまで炒める。
5. 玉ねぎに火が通ったらキノコを加えさらに炒める。
6. キノコに火が通ったら鶏もも肉をフライパンに戻し、白ワインを加え軽く煮て、鶏のだしを加えてさらに15分煮込む。
7. 最後に生クリームを加え軽く煮込んで塩コショウで味をととのえ、ブロッコリーを加え、盛り付けたら出来上がり。