

鶏 粥

～鶏肉料理～

(約6～8人分)



■材料

米	2カップ・・・洗って30分おく
鶏手羽先	10本・・・さっと下茹でし小さみなど落とす為に水でよく洗う
干し貝柱	3～5個・・・ヒタヒタの水に浸しておく
生姜	適量
清風ネギ	1／2束
香菜	1袋

■作り方

- ① お粥を炊く鍋に米、鶏手羽先、貝柱、その戻し汁、水5～10カップ（好みで）、を入れ強火にかけ沸騰したらごく弱火にし1時間くらい炊く。
- ② 鶏手羽先はお肉を骨から外して食べやすい大きさにしておくとうよい
- ③ 味が足りなければ（基本的にはお粥なので薄味）塩を足す
- ④ 椀にもってから生姜、白髪ねぎ、または細ねぎの小口切り、香菜などを散らしていただく。