

手羽元のピリ辛みそ煮



材料 (2人分)

| | |
|------------|--------|
| 鶏手羽元 | 4本 |
| 里いも | 3~4個 |
| 大根 | 10cm |
| 干しいたけ | 小4個 |
| 干しいたけのもどし汁 | 大さじ3 |
| (A) | |
| 水 | 1/4カップ |
| 酒 | 大さじ2 |
| 砂糖 | 大さじ3弱 |
| 豆板醤 | 小さじ1~2 |
| しょうゆ | 大さじ2 |
| みそ | 大さじ3 |

作り方

- 1 里いもはたわしでよく洗って天地を切り落とし、上から下に向けて厚めに皮をむく。一度水にさらしてから鍋に入れ、水からゆでる。沸騰したら2~3分ゆで、湯を捨てて水けをきる。大根は皮をむいて乱切り、干しいたけは水に浸してもどし、やわらかくなったら軸を取り除いて食べやすい大きさに切る(もどし汁は捨てずに取っておく)。
- 2 Aの材料を混ぜ合わせる。
- 3 ダッチオーブンに鶏手羽元を並べて入れ、里いも、大根、干しいたけも並べる。干しいたけのもどし汁を加えて蓋をし、グリルに入れる。ダッチオーブンスイッチを押してオープンモードを選択し、タイマーを20分に設定してグリルを点火する。消火後はそのままグリルの中で6~7分休ませる(余熱)。蓋を取ってAを回し入れて、再び蓋をしてオープンモードを選択し、タイマーを10分に設定してグリルを点火する(※)。グリルが消火したら、温かいうちに器に盛る。

鶏肉や干しいたけのうまみが豊富な一品。調味料は時間差で加え、肉がかたくなるのを防ぎます

※庫内温度が高いとダッチオーブンスイッチを受け付けない場合があります。その場合はグリル扉を開けて、少し待ってからお使いください。

監修 武蔵裕子