

<白菜と鶏ささみのみぞれ煮>

材料（4人分）

- 白菜 1/4個
- 鶏ささみ肉 8本
- しいたけ 8枚
- しめじ 1パック
- 大根おろし 7cm分くらい
- 水 1/2カップ
- 酢 大さじ4
- しょうゆ 大さじ2
- 砂糖 大さじ2
- 和風だし（顆粒） 小さじ2
- ポン酢・小葱 適量
- しょうが・唐辛子 適量

大根おろしでさっぱりと煮た、からだ
が温まる一品です。他の野菜や具材を
足して鍋物にしても GOOD！！

<作り方>

- ①白菜はざく切りにする。
- ②鶏ささみ肉は筋をとって一口大に切る。
- ③しいたけは4つぎり、しめじはほぐす。
- ④鍋に水、調味料を入れて火にかけ、白菜を入れて煮る。
- ⑤白菜がしんなりしたら、鶏ささみ、きのこを加え、ひと煮立ちしたら、大根おろしを加えて煮る。
- ⑥器に盛り、ポン酢、小葱、しょうが、唐辛子など、お好みでかける。