

手羽元のピリ辛みそ煮



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

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。

※庫内温度が高いとダッチオーブンスイッチを受け付けられ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。