

新じゃが × 手羽先

\これで作ります!/\



食べごたえ十分で豪華な一品。相性抜群のほっくり「新じゃが」とジューシーな「手羽先」。ちょっと難しいと思いがちな料理ですが、電子レンジとフライパンで簡単にできます!

新じゃがと手羽先の ガーリック焼き

印刷ページ

材料 (2人分)

新じゃがいも	5個 (300g)	塩	小さじ1/2
鶏手羽先	4本	水、白ワイン	各大さじ1
赤パプリカ	1/4個	粗びき黒こしょう	適量
にんにく	2片	クレソン	適量
オリーブ油	大さじ1・1/2		

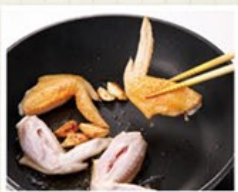
作り方

1. 新じゃがいもはよく洗って皮つきのまま半分に切り、耐熱皿に並べる。ラップをかけて、電子レンジ(600W)で4分加熱する。
2. 鶏手羽先は骨と骨の間に包丁の刃先で1本切り込みを入れ、半量の塩をすりこむ。
3. 赤パプリカは1cm幅に切る。にんにくは包丁の腹でつぶす。
4. フライパンにオリーブ油とにんにくを入れて、弱火にかける。香りがでたら2を強火で皮目から焼き色をつけ、裏返したら1を加えて全体をこんがり焼く。
5. 赤パプリカをのせ、水・白ワインを加えた後フタをして、弱火で8分ほど蒸し焼きにする。
6. 残りの塩・粗びき黒こしょうを加えて強火で絡め、器に盛り、クレソンを添える。



ポイント

鶏手羽先は切り込みを入れることで、火の通りがよく、食べやすくなります。



鶏手羽先は皮目から焼くことで、皮が縮みにくく、きれいな焼き色がつきます。