

鶏と法蓮草のむすび



▼材料（2人分）

- 鶏もも肉 ……100g
- 法蓮草 ……1/4 束
- 炊きたてご飯 ……茶碗 2 杯分
- 塩 ……少々
- A：
 - ・合わせ味噌、砂糖 ……各大 1
 - ・水 ……大 3

▼作り方

- ① 鶏もも肉は 1cm 角に切り A で煮る。
- ② 法蓮草は茹でて細く切る。
- ③ 炊きたてご飯に②と塩を混ぜて三角にむすび、①を中央に押しつける。