

【鶏手羽元のマーマレード煮】



①厚手の鍋にバターを溶かす。



②手羽元の表面にこんがりと焼き色がつくまで焼く。



③牛乳とマーマレードを①の鍋に加え、落とし蓋をして、弱火でコトコト煮る。



④こがさないように、鍋を時々揺すりながらしばらく煮、醤油を加える



⑤煮汁が半分くらいになったら、落としぶたを外し、煮汁がなくなり照りが出るまで煮る。



⑥出来上がり。



【材料】(4人分)

鶏手羽元 8本
バター 20g
マーマレード 60g
牛乳 200mg
しょうゆ 大さじ1