

サラダチキンのみそ風味ごはん



<材料>

サラダチキン1枚 もやし100g たまねぎ100g 大葉4枚
温かいごはん400g

《調味料D》

上高地みそ30g 砂糖10g 酢20g マヨネーズ5g
練がらし5g (お好みで)

【作り方】

- ① ボウルに調味料Dを入れて混ぜ合せておく。
- ② もやしは沸騰した湯に入れて1分間ゆでる。
- ③ たまねぎは薄切りにして水につける。
- ④ 大葉は7～8mm角切りにする。
- ⑤ サラダチキンは斜め薄切りにし、もやし、たまねぎとご飯を盛った上にのせ、①のみそたれをかけて大葉をちらす。