

鶏ぞうすい

材料 (1人分)

鶏もも肉	1/2枚
卵	1個
ごはん	1膳弱
ねぎ	適量
調味料	
└酒	大さじ1
└鶏ガラスープの素	小さじ1/2
└塩	少々
└しょうゆ	小さじ1/2



作り方

1. **ねぎ**は小口切り、**鶏もも肉**は1.5cm角にカットしておく。
2. 鍋にお湯を沸かし、**鶏もも肉**を入れあくをとり、**調味料**を加える。
3. **ごはん**を入れて少し煮る。(水が足らなければ、足す)
4. **卵**を溶いて入れ、軽く混ぜ合わす。
5. 器に盛り、**ねぎ**を散らし、お好みで**七味**をふる。

所要時間 15分
主な調理器具 鍋