

カチャトーラ

イタリアン

メイン

材料 (2人分)

鶏もも	2枚
しめじ	1/2パック
にんにく(みじん切り)	1/2片
ローズマリー	2本
セージ	4枚
白ワイン	60cc
トマト水煮缶	1/2缶
サラダ油	適量
パセリ(みじん切り)	適量
塩・こしょう	少々
ブイヨンの素	小さじ1/2~1



作り方

1. しめじの石づきを切り、ほぐす。
にんにく、パセリはみじん切り。
2. 鶏ももは、1口大よりも大きめに切り、塩・こしょうする。
3. フライパンにサラダ油を熱し、鶏ももを皮を下にして焼く。
きつね色になったら、裏返し両面焼く。
4. にんにく、しめじ、ローズマリー、セージを加え炒め、さらに、白ワインを注ぎ
木べらで鍋底をこそげとるように動かし、水分を半量まで煮つめる。
5. 4を鍋に移し、トマト水煮を細かくつぶし、缶汁、ブイヨンの素、
1/2缶分の水とともに鍋に入れパセリも加え30分ぐらい煮る。
煮汁がすくなくなったら、水をたす。
6. 器に盛り、パセリをふる。

所要時間

1時間

主な調理器具

フライパン、鍋