



Recipe 03

シンガポールチキンライス

しっとりジューシーな鶏肉を、ニョクマム香る甘辛ソースで。鶏の旨みがとけ込んだスープで炊き上げるライスも絶品。



材料 (2人分)

- 鶏もも肉 1枚
 - 生姜 1片
 - にんにく 1片
 - 水 3カップ
 - 酒 大さじ1
 - 塩 ひとつまみ
 - 米 1合半
 - 塩こしょう 各少々
 - チキンコンソメ 1個
 - きゅうり、トマト、香菜 各適量
- *ソース
- オイスターソース 大さじ2
 - ニョクマム 大さじ1
 - にんにくすりおろし 1/2片分

作り方

- 鶏もも肉は余分な脂を取り除き、皮面全体にフォークで穴を開ける。
- 鍋に1と生姜、にんにく、水、酒、塩を入れ、鶏肉に火が通るまで弱めの中火で20分ほどゆでたら、そのままスープの中で鶏肉を冷ます。
- 米をといで炊飯器に入れたら2のスープを注ぎ、水(分量外)を足して通常の水加減に調節する。塩こしょう、チキンコンソメを加えて炊飯する。
- 炊きあがったら全体を混ぜて蒸らし、器に盛りつけて香菜のをせる。
- 2の鶏肉を食べやすい大きさにカットして4の皿にのせ、ソースの材料を混ぜて添える。付け合わせのきゅうりとトマトを盛りつけて完成。



3. 2がある程度冷めたら鶏肉を取り出し、ゆで汁に水を加えて米を炊きます。

Point

鶏肉をスープの中で冷ますことで、パサつかずしっとりと仕上がります。