

ポトフ

【材料 4人分】

・鶏肉	40g
・ミニウインナー	12本
・にんじん	中1/4本
・じゃがいも	大2個
・たまねぎ	小1個
・キャベツ	1/8個
・しめじたけ	1/8株
・コンソメ	小さじ3
・うすくちしょうゆ	小さじ1
・塩	少々
・こしょう	少々
・水	800ml



【作り方】

1. 鶏肉は食べやすい大きさに切る。

(ミニウインナーは切らずにそのまま使用する。)

2. にんじん、じゃがいもは乱切り、たまねぎはくし形切り、キャベツは大き目のざく切り、しめじたけは石づきを落としほぐしておく。

3. 鍋に水を入れ、1の鶏肉とミニウインナーを入れ煮立ったらあくをとる。

4. 3にじゃがいも、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじたけの火が通りにくい順で入れ、コンソメを加え10～15分煮る。

5. 最後にうすくちしょうゆ、塩、こしょうで味を調える。