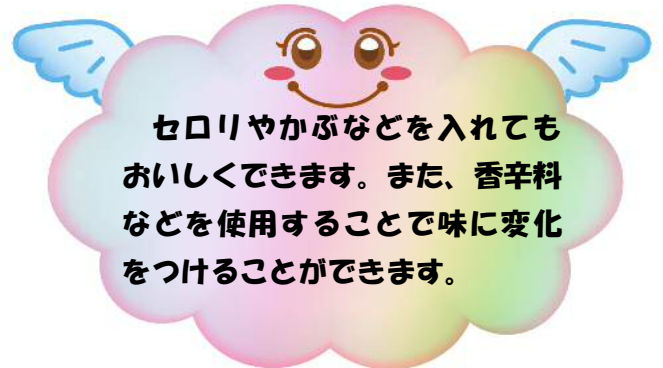


# ポトフ

【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



セロリやかぶなどを入れてもおいしくできます。また、香辛料などを使用することで味に変化をつけることができます。

【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。