

# (株)勤労食×名古屋文理大学×農務課

料理名

イチジクみそ漬け焼鳥丼

調理方法

焼く

材料（1人分）

ご飯	200g
鶏もも肉	80g
チンゲン菜	30g
無添加豆みそ	大さじ1
いちじくジャム	大さじ1
酒	大さじ1
こしょう	少々
シナモンパウダー	少々
油	大さじ1

作り方

- ①鶏もも肉を一口大に切り、こしょうとシナモンパウダーをふる。それをいちじくジャム、豆みそ、酒を混ぜ合わせたタレに漬け込む。（最低30分～1日程度）
- ②フライパンに油をひき、①をタレごと焼く。焦げないように火加減に注意する。
- ③チンゲン菜は軽くゆで、水気を切る。
- ④丼にご飯をよそい、②、③を盛り付けて完成。

ポイント

安城産のいちじくジャムと豆みそを合わせた漬けダレをお楽しみください。

